

ГИГИЕНА НОСА

!!! Для проведения процедуры необходимо сообщить человеку о своих действиях, получить согласие и предупреждать о каждой предстоящей манипуляции.

Вам понадобится:

- Ватные палочки или турунды из марлевых салфеток,
- Вазелиновое масло (или оливковое/ детское увлажняющее масло),
- Полотенце или пеленка,
- Вымойте руки и наденьте перчатки.

**Проводите
процедуру
ежедневно, а
также по мере
необходимости**



Алгоритм:

- 1. Смочите ватную палочку (турунду) во флаконе с вазелиновым маслом. Палочка (турунда) должна быть смочена равномерно и умеренно, чтобы масло не капало с нее.**
- 2. Возьмите палочку или турунду в правую руку.левой приподнимите кончик носа и аккуратно, вращательными движениями введите палочку (турунду) в ноздрю.**
- 3. Если в носу у маломобильного или немобильного человека сухие корочки, подержите палочку (турунду) 1-2 минуты для их размягчения.**
- 4. Достаньте ватную палочку вращательными движениями.**
- 5. Возьмите чистую палочку (турунду), смочите во флаконе с вазелиновым маслом и повторите процедуру до полного удаления корочек.**
- 6. Обработайте другой носовой ход аналогичным способом.**

ВАЖНО

Не вводите турунду или ватную палочку глубоко в носовой ход – так вы можете причинить боль и повредить слизистую носа или тонкие перегородки.