



Physiologische Kochsalzlösung (0,9%)

Verwendung: für Inhalator, Nasendusche oder Nasentropfen/-spray bei Schnupfen, Husten, und ergänzend bei Mittelohr- und Nasennebenhöhlenentzündung

Wirkung: schleimverflüssigend, abschwellend

Herstellung:

Für die sogenannte physiologische Kochsalzlösung braucht es einen Salzgehalt von 0,9%, d.h. 9 Gramm Salz auf 1000 ml Wasser oder vereinfacht: 1g Salz auf 100 ml.

Nutzen Sie am besten Meersalz, aber auch andere Salze ohne Zusatzstoffe sind geeignet.

Kochen Sie die gewünschte Menge Wasser fünf Minuten ab. Wiegen Sie die benötigte Menge Salz z.B. mit einer Küchenwaage ab (9 Gramm Salz entsprechen in etwa einem Teelöffel). Geben Sie das Salz in das kochende Wasser und rühren Sie ein bis zwei Minuten ordentlich um. Füllen Sie die abgekühlte Lösung anschließend in ein ausgekochtes Gefäß, das verschließbar ist.

Für den Inhalator: Für die Befüllung des Inhalators können Sie eine 5 ml-Spritze nutzen. Lassen Sie Ihr Kind 5-10 Minuten inhalieren, bis die Kammer des Inhalationsgerätes leer ist. Je nach gewünschtem Effekt kann mehrmals täglich inhaliert werden. Denken Sie bitte an regelmäßiges Auskochen der abnehmbaren Plastikteile des Inhaliergerätes (Maske/Mundstück und Schlauchsystem). Ist Ihnen ein Inhaliergerät verordnet worden und besteht der Inhalationsbedarf bei Ihrem Kind weiter, steht Ihnen jährlich ein neues Schlauchsystem zu. Sprechen Sie uns dafür bitte an.

Zur Verwendung als Nasentropfen/-spray: Geeignete Gefäße für Nasensprays oder Flaschen mit Pipette erhalten Sie z.B. in Ihrer Apotheke oder online. So oft es notwendig ist, können Sie Ihrem Kind einen-mehrere Tropfen/Sprayhübe Lösung pro Nasenloch geben. Sie können die Kochsalznasentropfen - anders als bei abschwellenden Nasentropfen! - auch über einen längeren Zeitraum geben. Sprechen Sie uns gern dazu an.

Zur Verwendung in der Nasendusche: In dies Nasendusche füllen und die Nase zweimal täglich damit spülen.

Höherprozentige Kochsalzlösung (3%, 6%)

Diese lässt sich ebenso wie oben herstellen (nur 3g bzw. selten (!) 6g Salz auf 100 ml Wasser). Bei Atemwegsinfektionen mit Nachweis von RSV oder bei chronischen Grunderkrankungen wie Mukoviszidose sind diese höherprozentigen Kochsalzlösungen manchmal gewinnbringend. Meist schmecken diese aber sehr salzig und werden daher von vielen Kindern abgelehnt.

Sprechen Sie uns in diesen Fällen bitte in der Praxis an, da diese Erkrankungen meist die Begleitung eines Arztes erfordern.

Gute Besserung wünscht Ihr Team der Kinder- und Jugendarztpraxis Lobstein!