

# Заложенный нос: промывание при простудных заболеваниях



У вашего ребенка может быть простуда и наблюдаться затрудненное дыхание из-за заложенности носа выделениями.

Поскольку ваш ребенок дышит в основном носом, у него могут возникнуть проблемы с приемом пищи. Поэтому важно делать промывание носа перед едой.

## Промывание носа в домашних условиях

- Нос малыша очень чувствительный и нежный. Действия, описанные ниже, следует выполнять осторожно.
- Приготовьте флакон физиологического раствора объемом не менее 5 мл.
- Уложите ребенка на бок.
- Поместите открытую часть флакона в верхнюю ноздрю.
- Осторожно впрысните половину содержимого флакона в ноздрю. Жидкость будет вытекать с выделениями через нижнюю ноздрю или затекать в горло.
- Усадите ребенка, чтобы он мог отдышаться.
- Поверните его на другой бок и проделайте те же действия с другой ноздрей.

## Важно

- Эта процедура требует осторожного выполнения.
- Необходимо хорошо придерживать малыша во время промывания, чтобы не навредить ему.
- Не рекомендуется использовать назальный аспиратор для детей. Однако, если вы захотите его применить, проконсультируйтесь сначала с педиатром.
- Если улучшение не наступило и дыхание ребенка затруднено, обратитесь за консультацией к специалисту для детей младшего возраста.

