

Фотоинструкция по промыванию носа комплексом «Долфин»



1. Проверяем носовые проходы

Перед промыванием проверьте, не заложен ли нос. Для этого подышите поочередно каждой ноздрей, зажав противоположную ноздрю пальцем. Если проходимость хотя бы одной половины носа затруднена, перед промыванием обязательно воспользуйтесь сосудосуживающими средствами.



2. Засыпаем состав в бутылку

Засыпьте содержимое одного пакетика минерально-растительного средства в емкость устройства.



3. Растворяем состав в воде

Наполните емкость кипяченой водой температурой 36-37 °С до верхней отметки. Плотнo закрутите крышку-дозатор и встряхните устройство до полного растворения средства.



4. Принимаем правильное положение

Возьмите в руки емкость с приготовленным раствором и наклонитесь вперед на 90°. Лицо обязательно должно быть параллельно полу. Если наклонить туловище недостаточно, жидкость может затекать в горло, не перетекая в противоположную половину носа.



5. Промываем нос

Плотно приложите крышку устройства к левой ноздре. Приоткройте рот. Задержите дыхание. Плавнo и медленно сжимайте емкость, пока раствор не польется из правой ноздри. Когда он перестанет вытекать, не разжимая емкость, отнимите ее от носа.



6. Освобождаем нос от жидкости

Разожмите устройство. Высморкайтесь, держа рот приоткрытым. Повторите процедуру, приложив крышку устройства к другой ноздре. Далее попеременно промывайте обе ноздри, пока не закончится раствор во флаконе.



7. Удаляем остатки раствора

Когда закончится раствор, сожмите пустую емкость устройства, вдохните и задержите дыхание. Рот держите закрытым. Приложите крышку устройства к правой ноздре, зажав левую ноздрю пальцем. Разожмите емкость. Это удалит остатки раствора из полости носа. Повторите то же самое в отношении левой ноздри.