

LAVAGEM NASAL

Cuide da sua respiração,
cuide da sua saúde.



RECEITA DE SORO FISIOLÓGICO NASAL

PARA FAZER EM CASA

Para fazer soro em casa, misture:



250 ml
de água
(filtrada e fervida
ou morna)

+



1 colher
de café rasa
de sal
de cozinha

+



1 colher
de café rasa
de bicarbonato
de sódio



AGITE BEM

até que o sal e o
bicarbonato estejam
completamente
dissolvidos.



UTILIZE COM

um dispositivo ou
garrafinha próprio
para lavagem nasal.

OUTROS DISPOSITIVOS PARA LAVAGEM NASAL

SERINGA



Ideal para
adultos e
crianças maiores.

SERINGA COM PONTEIRA INFANTIL



Indicado para
crianças.

LOTTA



Prática e confortável,
ideal para uso diário.

COMO FAZER CORRETAMENTE



Lave bem as mãos e o dispositivo
antes do uso.



Incline-se levemente para frente
sobre a pia.



Aplique o soro em uma narina
e deixe sair pela outra.



Assoe o nariz delicadamente
para remover o excesso.



Lave e seque bem o dispositivo
após cada uso.



A lavagem nasal é indicada para adultos e crianças.
Em caso de dúvidas, consulte seu médico.



(31) 3665-3201



(31) 99545-9767



Av. Solimões, 108 - 3º Andar
Brasília, Betim - MG
CEP 32600-320

Próximo à Prefeitura de Betim



www.centrodeotorrinobetim.com.br



@centrodeotorrinobetim



COB
CENTRO DE OTORRINO BETIM