

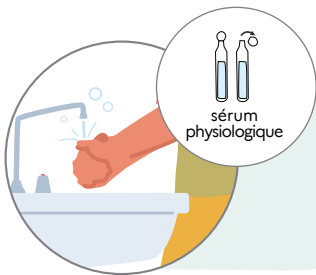


# Je lave le nez de mon enfant/bébé avec du sérum physiologique



Je demande à mon pharmacien, mon médecin, mon kinésithérapeute de m'apprendre comment laver le nez avec du sérum physiologique et/ou je suis les instructions ci-dessous.

J'aide mon enfant/bébé à mieux respirer par un lavage de nez (à faire plusieurs fois par jour) :



## étape 1

Je me lave les mains et je prépare les dosettes de sérum physiologique



## étape 2

J'allonge mon enfant/bébé sur le dos ou sur le côté, **avec la tête maintenue sur le côté**



## étape 3

Je place doucement l'embout de la dosette à l'entrée de la narine située le plus haut



#### étape 4

J'appuie sur la dosette pour en vider le contenu dans la narine tout en fermant la bouche de mon enfant/bébé



#### étape 5

Le sérum ressort par l'autre narine avec les sécrétions nasales : j'attends que mon enfant/bébé ait dégluti correctement



#### étape 6

J'essuie son nez à l'aide d'un mouchoir jetable



#### étape 7

Je répète l'opération pour l'autre narine en utilisant une autre dosette, en couchant mon enfant/bébé et en lui tournant la tête de l'autre côté



Je veille à ce que personne ne fume dans la même pièce que mon enfant/bébé.



Je m'assure de maintenir la température à 19° dans la pièce.

Retrouvez  
+ d'infos et  
de conseils ici

