

ข้อแนะนำในการใช้ยา

- อาจใช้จุกล่างจมูก สวมที่ปลายไซริงค์ช่วยให้ล่างจมูกได้ง่ายขึ้นและทั่วถึงขึ้น
- ถ้าต้องใช้ยาพ่นจมูก หรือยาหยอดจมูกร่วมด้วย ให้ทำการล่างจมูกก่อน จึงใช้ยาพ่นจมูก หรือยาหยอดจมูก
- ผู้ป่วยอาจรู้สึกระคายเคือง หรือแสบจมูกคล้ายสำลักน้ำ ในระยะแรกที่น้ำเกลือสัมผัสกับภายในโพรงจมูก ซึ่งเป็นภาวะปกติที่ไม่มีอันตราย
- น้ำเกลือล่างจมูกส่วนหนึ่งอาจไหลลงคอ ทำให้รู้สึกเค็มในคอขณะล่างจมูก
- ไม่ควรใช้กระบอกฉีดยาสำหรับล่างจมูกร่วมกับผู้อื่น

การใช้น้ำเกลือล้างจมูก



1

เทน้ำเกลือใส่ถ้วยหรือแก้วที่เตรียมไว้แล้ว
ใช้กระบอกฉีดยาขนาด 20-50 มิลลิลิตร



นั่งหรือยืนก้มหน้า เอนศีรษะไปด้านใด
ด้านหนึ่ง เหนืออ่างล้างหน้า

2

3

- กลืนหายใจ หรือหายใจทางปาก
เพื่อป้องกันการสำลัก

- ค่อย ๆ ฉีดน้ำเกลือ ประมาณ
10-20 มิลลิลิตร เข้าไปในรูจมูก
ด้านบน ให้น้ำเกลือไหลออกทาง
รูจมูกอีก ข้าง หรือไหลลงคอ



4

สูบน้ำมูกออกเบา ๆ



5

ทำซ้ำหลาย ๆ ครั้ง ในรูจมูกแต่ละข้างจนน้ำเกลือ
ที่ไหลออกทางจมูก มีลักษณะใส ไม่มีสีไม่มีน้ำมูก

6

ล้างกระบอกฉีดยาให้สะอาด
และทิ้งไว้ให้แห้งสนิท