

ENT Department

Nasal Douching

What is nasal douching?

Nasal douching is a salt-water wash for your nose.

Reason for nasal douching

1. To reduce inflammation inside your nose.
2. To clear the nose of crusts and other debris.

How to perform nasal douching

To make the solution, take a pint of boiled water that has been allowed to cool to room temperature. Add 1 teaspoon of salt and 1 teaspoon of bicarbonate of soda. Stir until all the salt has dissolved. Use this solution to fill your nasal douching bottle or draw it up in the syringes provided.

Flush the solution through the nose over a sink or bowl. Try not to swallow any of the solution.

How many times should I perform nasal douching?

At least once a day. If you are douching at night, allow one hour for full drainage to occur, before going to bed.

What if I have also been prescribed nasal spray or drops?

Continue to use them as normal but always use them after douching.

If you have any comments about this leaflet or the service you have received you can contact :

Sister, ENT Out Patient Department
Calderdale Royal Hospital
Telephone (01422) 222336

www.cht.nhs.uk

If you would like this information in another format or language contact the above.

Potřebujete-li tyto informace v jiném formátu nebo jazyce,
obraťte se prosím na výše uvedené oddělení

Jeżeli są Państwo zainteresowani otrzymaniem tych
informacji w innym formacie lub wersji językowej,
prosimy skontaktować się z nami, korzystając z ww.
danych kontaktowych

ਬ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰਾਚੂਪ ਜਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ,
ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

اگر آپ کو یہ معلومات کسی اور فارمیٹ یا زبان میں درکار ہوں، تو
برائے مہربانی مندرجہ بالا شعبے میں ہم سے رابطہ کریں۔

"إذا احتجت الحصول على هذه المعلومة بشكل مغاير أو مترجمة إلى لغة مختلفة فيرجى منك الاتصال بالقسم
المذكور أعلاه"