



## Gebruiksaanwijzing Rhino Horn™

### Eerste gebruik

Spoel de Rhino Horn™ grondig af met stromend water vóór het eerste gebruik.

### Vorbereiding

Bereid een zoutoplossing door de Rhino Horn™ te vullen met lauwwarm kraanwater (ongeveer 37 °C) en voeg één afgestreken doseerlepel (2.7 gr.) fijn keukenzout (natriumchloride) zonder jodium toe. Dek de openingen van de Rhino Horn™ af met uw handpalm en vinger en schud deze enkele malen om het zout op te lossen. Indien u twijfelt aan de kwaliteit van het water, kookt u het water eerst één minuut en laat u het afkoelen totdat het lauwwarm is. Als het water veilig is, kunt u direct warm water uit de kraan gebruiken.

### De neusspoeling

Houd uw hoofd schuin en breng de tuit van de Rhino Horn™ aan op het neusgat. Start met het neusgat dat het meest verstopt is. Adem op normale wijze door de mond en laat de helft van de zoutoplossing door uw neusholtes stromen. De zoutoplossing gaat het ene neusgat in en loopt er door het andere uit. De zwaartekracht doet het werk, u hoeft niets anders te doen dan rustig door de mond te ademen met het hoofd in de juiste stand. Kantel uw hoofd niet naar achteren, de zoutoplossing loopt dan vanuit de neusholte in de keel.

Laat de helft van de zoutoplossing door één neusgat stromen, haal de Rhino Horn™ weg en houd uw hoofd weer recht. Er zal vanzelf wat zoutoplossing uit uw neus lopen. Maak uw neus leeg door zachtjes te snuiten. Snuit zeker niet te hard en vermijd dat uw oren ploppen. Herhaal de handeling door de rest van de zoutoplossing door uw andere neusgat te laten stromen.

Als uw neus zodanig verstopt is dat de zoutoplossing er niet vrij doorheen kan stromen, laat het dan een paar seconden in het neusgat staan en wissel van neusgat. Na een paar pogingen zal de warme zoutoplossing de slijmvliezen ontspannen en komt de spoeling op gang.

Bij verkoudheid, acute of chronische bijholteontsteking (sinusitis), of in geval van een allergische reactie op pollen kunt u de Rhino Horn™ meerdere malen per dag gebruiken. Als u de Rhino Horn™ voor de dagelijkse neushygiëne of preventief gebruikt, is eenmaal per dag spoelen voldoende.

### Na het spoelen

Zorg dat er na gebruik van de Rhino Horn™ geen zoutoplossing achterblijft in de neus en bijholten. Buig uw hoofd naar voren en draai het naar één kant. Druk het onderste neusgat dicht en snuit zachtjes door het bovenste neusgat. Houd een papieren zakdoek voor de neus, snuit voorzichtig en laat de oren niet ploppen. Er kunnen een paar druppels of een klein stroompje zoutoplossing uit uw neus lopen. Draai uw hoofd naar de andere kant en snuit zachtjes door het andere neusgat. Herhaal dit enkele malen voor beide neusgaten.

### Reinigen van de Rhino Horn™

Spoel de Rhino Horn™ na elk gebruik af en laat hem drogen. Virussen en bacteriën kunnen niet op droge kunststof leven. U kunt de Rhino Horn™ ook in de vaatwasser reinigen of enkele minuten in water koken. Grondig reinigen of koken is alleen nodig als twee mensen de Rhino Horn™ kort na elkaar gebruiken. Laat de Rhino Horn™ in alle gevallen in de open lucht drogen vóór het volgende gebruik.

---

Raadpleeg [www.rhinohorn.nl](http://www.rhinohorn.nl) voor meer informatie over de neusdouche met Rhino Horn en de video.