



I LAVAGGI NASALI

I lavaggi nasali consistono nell'introduzione nelle narici di una **soluzione di acqua e sale** (soluzione fisiologica).

Hanno la funzione di "pulire" il naso per rimuovere muco o crosticine ed evitare le infezioni favorite dal ristagno del muco nel naso di bambini e neonati, soprattutto quelli che ancora non riescono a soffiare il nasino.

E' utile farli:

- **Prima delle poppate:** per favorire l'allattamento
- **Prima di dormire:** per avere un sonno più tranquillo;
- **Prima di eseguire l'aerosol:** per favorire la penetrazione della terapia aerosolica nelle vie respiratorie.

Esistono molti strumenti per eseguire il lavaggio nasale:

- ✓ Con una **siringa** (senza ago) da 2,5 ml o 5 ml, in modo da introdurre la soluzione fisiologica nelle narici con una discreta pressione, utile a liberare le prime vie aeree.
- ✓ Con i **flaconcini monouso** (da 2,5 o 5 ml)
- ✓ Con gli **spray predosati**
- ✓ Con **appositi set** costituiti da una soluzione specifica e apposito erogatore
- ✓ Con le **docce nasali micronizzate**, semplici apparecchi, da collegare alla pompa dell'aerosol, dotati di un beccuccio da appoggiare alla narice del bambino.

Le soluzioni normalmente utilizzate sono:

- ✓ **isotoniche:** con concentrazione di sale (sodio cloruro) dello 0,9%.

- ✓ **ipertoniche** con concentrazione di sodio cloruro al 3%; quest'ultime vengono utilizzate quando il bambino ha un muco più denso e per periodi limitati.

Le soluzioni possono inoltre contenere acqua di mare, essere arricchite con specifiche sostanze o provenire da sorgenti termali e essere arricchite di manganese, rame, ferro o zolfo; tali terapie vanno decise con il pediatra che saprà consigliare quella più adeguata per i problemi di salute del bambino.

Istruzioni:

- Riempire la siringa senza ago con la soluzione da utilizzare;
- Mettere il bambino sdraiato sul fianco. Se si tratta di un neonato o lattante, metterlo a pancia in su (posizione supina) con la testa girata di lato;
- Inserire il beccuccio della siringa nella narice più in alto (ad esempio se il bambino è sdraiato sul fianco destro, iniziare con la narice sinistra) e inclinare la siringa in modo che punti verso l'orecchio dello stesso lato. Questa posizione permette una migliore fuoriuscita del materiale dal naso del bambino;
- Iniettare la soluzione con un movimento continuo e deciso. La soluzione uscirà dall'altra narice;
- Asciugare il naso del bambino e tranquillizzarlo;



- Quando il bambino è di nuovo tranquillo posizionarlo sdraiato sul fianco opposto e ripetere la procedura con la seconda narice.
- L'aspirazione del muco dal naso non è consigliata. Può creare un trauma alle mucose dovuto all'aspirazione. Non garantisce la stessa efficacia del lavaggio nasale ben fatto;
- Insegnare al proprio bambino, man mano che cresce, a soffiarsi il naso. È naturale e garantisce una pulizia efficace delle narici.

Bibliografia:

Lavaggi nasali: come farli e quando - Ospedale Pediatrico Bambino Gesù
(ospedalebambinogesu.it)