

Bedienungsanleitung Nasenreinigung mit dem Nasenschlauch (Best.Nr. 620)

(mit freundlicher Genehmigung von Walter Wiesmath)

Bei regelmäßiger Anwendung des Nasenschlauches darf erwartet werden, dass die Nasenschleimhäute so gut belebt werden, dass Schnupfenbakterien abgewehrt werden können. Die Abwehrkräfte der Nasennebenhöhlen werden ebenfalls gestärkt, so dass auch dort weniger Entzündungen auftreten. An den Nasenwänden befinden sich Reflexzonen, die unter anderem auch die Unterleibsorgane beeinflussen. Das bedeutet, dass eine Anwendung des Nasenschlauches neben den schon genannten Effekten auch eine Reflexzonenmassage bewirkt, von der positive Auswirkungen erwartet werden dürfen.

Vorbereitung:

Den Nasenschlauch immer gut aufrollen, insbesondere auch die Enden. Schlauch vor der Anwendung anfeuchten.

Anwendung:

Den angefeuchteten Schlauch in das rechte Nasenloch einführen. Langsam so weit nachschieben, bis das Ende durch den weit geöffneten Mund im Rachen sichtbar wird (Spiegel). Bei richtiger Krümmung des Schlauches kommt dessen Anfang auf der Zungenwurzel zu liegen und kann mit den Fingern erfasst werden. Mit fortschreitender Übung gelingt es durch entsprechende Zungenbewegungen den Schlauch in Richtung Lippen zu lenken. Das Ende des Schlauches aus dem Mund herausziehen. Mund mit Wasser füllen (eventuell etwas Salz = isotonische Salzlösung 0,9% nehmen). Jetzt den Schlauch bewegen (ca. 30-mal). Wasser ausspucken und Schlauch durch den Mund herausziehen. Dann das gleiche Verfahren mit dem linken Nasenloch. Zum Schluss die Nasenlöcher einzeln durchschnauben (schnäuzen), den Mund mit Wasser füllen und gurgeln. Die Übung kann täglich, am besten im Verlauf der Morgentoilette durchgeführt werden.

Achtung: Wenn das rechte Nasenloch behandelt wird, hält man das Schlauchende, das aus der Nase ragt, mit der rechten Hand.

Bausinger GmbH
Gottlieb-Daimler-Str. 2
72479 Straßberg



Tel. 07434 / 600
Fax 07434 / 604

www.bausinger.de