

Inhalatietherapie - vernevelen voor zangers

Vernevelen

Het vernevelen van zouten, mineralen, vitaminen en slijmoplossers (op kamertemperatuur) kan gebruikt worden:

- ter herstel van acute en chronische irritatie van de slijmbanden
- ter ondersteuning van de slijmvliezen van de stembanden bij intensief stemgebruik door sprekers en zangers
- voor een gunstig effect op de bovenste- (neus, keel) en onderste luchtwegen (bronchiën, longen)

Werking

Door het vernevelen komen de 'natuurlijke' stoffen in de juiste hoeveelheden bij de stembanden, het strottenhoofd en in de luchtwegen.

Effecten van vernevelen

Verneveling geeft:

- natuurlijke stimulatie van de doorbloeding en bloedcirculatie
- ondersteuning van het zelfreinigend vermogen
- vitaliserende werking
- ondersteuning van het genezingsproces bij hooikoorts, allergieën astma en COPD

Vernevelen is steriel, hygiënisch, prettig en praktisch in het dagelijks gebruik en puur natuur.

Waarom vernevelen

Vernevelen kan ingezet worden om:

- stembanden, droge slijmvliezen en ademweg te bevochtigen
- de slijmvliezen van de stembanden te laten slinken
- infecties, chronische irritaties, ontstekingen van de stembanden van sprekers en zangers tegen te gaan
- het genezingsproces te versnellen, minder te hoesten
- slijm op te lossen of te verdunnen
- de luchtwegen te reinigen na prikkeling door bijvoorbeeld stof, rook, rookmachines, tabaksrook, airco, c.v., droge lucht

Vernevelmedicatie

Bij het vernevelen worden de volgende middelen gebruikt:

Emser zout

NaCl 0,9% isotoon, slijmvliesgunstige mineralen (o.a. kalium) en ondersteunende sporenelementen, 100% natuurlijk. Emser zout is ten opzichte van keukenzout complexer samengesteld en is daardoor milder bij verneveling. Emser zout bevat minder chloride en meer hydrogeencarbonaat dan keukenzout.

N.B. hydrogeencarbonaationen zorgen voor neutralisatie van de bij een ontsteking vrijkomende zuren.

Bepanthen

Werkzame stof 5% dexpanthenol (een vitamine B preparaat), werkt ontstekingsremmend, is ondersteunend in de behandeling van slijmvliesbeschadigingen, houdt water in de slijmvliezen vast en vermindert de prikkeling/kriebel in de keel.

Mucosolvan

Werkzame stof is ambroxolhydrochloride. Dit vergemakkelijkt het slijm ophoesten en ontspant/verruimt de bronchiën.

Instructie voor inhalatie

Ga rechtop zitten en adem langzaam en rustig. Niet te diep, niet te snel in- en uitademen door het mondstuk. Of varieer: in door de mond, uit door de neus.

Bij gebruik van het masker (op advies) adem rustig door de neus, pauzeer zonedig tussendoor.

De eerste inhalaties kunnen als proef kort uitgevoerd worden, bijvoorbeeld 3 tot 5 minuten.

Reiniging, onderhoud en hygiëne

Bij het inademen van nevel is hygiëne essentieel. Was na elke volledige verneveling het vernevelreservoir en mondstuk in heet water met een beetje afwasmiddel. Spoel het af en droog het op een schone theedoek of keukenpapier.

Kook het reservoir en het mondstuk 1 keer per week uit.

Het restant van de vernevelvloeistof kan maximaal 2 dagen in de koelkast bewaard worden. Breng het voor gebruik weer op kamertemperatuur.

Mogelijke bijwerkingen

Het vernevelen kunnen de volgende bijwerkingen geven:

- lichte hoofdpijn door te diep inhaleren
- druk op de borst door koude luchtstroom
- hoesten door irritatie van de vernevelde vloeistoffen

Bij acute benauwdheid de inhalatiebehandeling stoppen en huisarts of KNO-arts raadplegen.

Naam

Voorschrift/advies:

- Emser zout 5 ml (1 flacon)
- menging Emser zout 5 ml en Bepanthen 1 ml
- Mucosolvan 5 ml
- Medicijn: op advies van KNO-arts of longarts
-

Aantal inhalaties per dag:

- 3x 10-12 min.
- 5x 8-10 min.
- 8x 6-8 min.
- Anders, namelijk:

Vragen?

Stel uw vraag via MijnOLVG

U kunt ons altijd bereiken via [MijnOLVG](#). Heeft u een algemene vraag over vergoeding of betaling? Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar of kijk op www.olvg.nl/zorgnota. Meer informatie over bijvoorbeeld kosten, bereikbaarheid, onderzoeken en behandelingen staat op www.olvg.nl maar u kunt ons natuurlijk ook bellen.

Contact

polikliniek Keel-, Neus- en Oorheelkunde (KNO), locatie West

T 020 510 88 94 (werkdagen 8.15 – 16.15 uur)

E kno@olvg.nl

Route 12

polikliniek Keel-, Neus- en Oorheelkunde (KNO), locatie Oost

T 020 599 30 40 (werkdagen 8.15 – 16.15 uur)

E kno@olvg.nl

P4

Oost
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam

West
Jan Tooropstraat 164
1061 AE Amsterdam

Spuistraat
Spuistraat 239 A
1012 VP Amsterdam

Onze Algemene Voorwaarden zijn van toepassing: www.olvg.nl/algemene-behandelvoorwaarden

Aanmelden MijnOLVG via www.mijnolvg.nl | Klacht of opmerking: www.olvg.nl/klacht

Redactie en uitgave: Marketing en Communicatie, 22 september 2021, foldernr.2392