



Instructions for Nasal Congestion

Materials Needed: Nasal Aspirator (bulb syringe)
Soft plastic dropper
Sterile salt solution

How to mix salt solution:

- Mix $\frac{1}{4}$ teaspoon salt with one cup of water and $\frac{1}{4}$ teaspoon baking soda
- Boil 5 minutes and let cool completely.
- Place small amount of this solution (about 2 oz) in sterile bottle with dropper to have on hand.

Procedure:

- Place baby in an infant seat OR elevate the head of the bed by placing pillows under the mattress before start of procedure.
- Instill 2 drops of salt solution in nostril; then suck back out with aspirator.
- Suction the back of the throat.
- Do this before meals and at bedtime.
- Expect crying, screaming, and fighting.

A cool air humidifier aids in keeping the room moist, which helps baby move secretions easier. A cool air humidifier needs daily cleaning with Clorox water. A cool air humidifier could be a contraindication for an asthmatic.

Follow all formula feedings with about 1 oz of diluted apple juice or water.



CONGESTION NASAL INSTRUCCIONES

MATERIALES QUE NECESITARA:

- A. ASPIRADORA NASAL (BOMBA DE SUCCIONAR)
- B. GOTERO DE PLASTICO SUAVE
- C. SOLUCION SALINE ESTERIL

PUEDE COMPRAR LA SOLUCION SALINE O LA PUEDE HACER EN CASA.

INSTRUCCIONES COMO HACER LA SOLUCION SALINE EN CASA:

- A. MEZCLE $\frac{1}{4}$ CUCHARADITA DE SAL, UNA TAZA DE AGUA Y $\frac{1}{4}$ CUCHARADITA DE POLVO DE CARBONATO.
- B. HERVA JUNTO POR 5 MINUTOS Y DEJE ENFRIAR SOLO.
- C. PONGA 2 ONZAS DE LA SOLUCION SALINE EN UNA BOTELLA LIMPIA, QUE CONTENGA UN GOTERO. PARA TENERLO HA MANO.

PROCEDIMIENTO:

- A. APLIQUE DOS GOTAS DE LA SOLUCION SALINE EN LA NARIZ, DESPUES DE UNOS SEGUNDOS, SUCCIONE POR LA NARIZ CON LA ASPIRADORA NASAL (BOMBA DE SUCCIONAR.)
- B. Succione detrás de la lengua en la garganta.
- C. ESTO ES NECESARIO ANTES DE ALIMENTACION, Y ANTES DE DORMIR, HASTA DIEZ VECES AL DIA.
- D. EL BEBE GRITARA, LLORARA, Y VA A RESISTIR.
- E. DEPUES DE SUCCIONAR, ELEVE LA CABEZA DEL BEBE.

Un humidificador de aire frío ayuda en mantener el ambiente húmedo, que ayuda al niño mover secreciones más fácil, pero necesita limpiar con agua mezclada con cloro todos los días. Un humidificador de aire frío puede ser contraindicado para un asmático.

Siga todas las alimentaciones de formula con 1 oz. de jugo de manzana diluido o agua.

SI USTED TIENE PREGUNTAS LLAME A LA ENFERMERA DISPONIBLE POR TELEFONO AL 706) 876-2132.