

PHYSIOMER® Kit d'Irrigation Nasale

Dispositif breveté - Adultes et enfants de plus de 4 ans
Convient à la femme enceinte et allaitante.

CONTENU

- 1 flacon de 240 ml environ
- 1 col à visser sur le flacon
- 1 embout courbé pour une irrigation douce : administration par gravité
- 1 embout droit, à utiliser avec le tube plongeur pour une irrigation intense : administration par pression manuelle
- Sachets pré-dosés, prêts à l'emploi

POSOLOGIE

Chez l'enfant, il est recommandé d'utiliser le dispositif sous le contrôle d'un adulte, à distance des repas. Recommandé chez les personnes présentant un terrain allergique.

En cas de rhinites, sinusites, rhinosinusites, rhinites allergiques, soins post-opératoires et hygiène hebdomadaire :

- 1 sachet mélangé à 240 ml** d'eau de source ou d'eau minérale* pour reconstituer une solution isotonique tamponnée équivalente à 9 g/l de NaCl.
- Posologie : En cas de pathologies et soins post-opératoires : 1 à 3 utilisations par jour. En hygiène hebdomadaire : 2 à 3 utilisations par semaine.

Ponctuellement, en cas de forte congestion nasale :

- 2 sachets mélangés à 240 ml** d'eau de source ou d'eau minérale* pour reconstituer une solution hypertonique tamponnée équivalente à 18 g/l de NaCl.
- Posologie : 1 utilisation par jour, pendant 3 à 5 jours.

Peut également être utilisé chez les personnes asthmatiques en cas de rhinites allergiques et chez les personnes atteintes de mucoviscidose en hygiène nasale et en cas de présence de rhinosinusite chronique.

Le Kit d'Irrigation Nasale PHYSIOMER® est un dispositif de lavage nasal qui consiste à irriguer les cavités rhino-sinusiennes de manière abondante et continue en vue de décongestionner, assainir et apaiser les muqueuses de l'appareil respiratoire.

Le Kit d'Irrigation Nasale PHYSIOMER® agit efficacement sur l'ensemble des symptômes du nez et des sinus : congestion nasale, pression sinusienne, sécrétions, écoulements rhinopharyngés, croûtes, sécheresse nasale. . .

La particularité du **Kit d'Irrigation Nasale PHYSIOMER®** réside dans le caractère physiologique de sa formule (proche du liquide extracellulaire) et son dispositif qui permet de choisir entre 2 modes d'irrigation suivant la sévérité de vos symptômes et de votre préférence.

COMPOSITION DES SACHETS PHYSIOMER® IRRIGATION NASALE

Sachet de 4 g à usage unique : **Complexe de 5 sels minéraux** : chlorure de sodium, chlorure de potassium, chlorure de calcium, chlorure de magnésium et bicarbonate de sodium
pH contrôlé établi entre 7 et 8 (afin d'être respectueux de la physiologie de la muqueuse nasale) - Sans conservateur - Qualité pharmaceutique. Formule hydrophile permettant une dissolution immédiate.

MODE D'ACTION





Dilué dans 240 ml d'eau de source ou d'eau minérale*, un sachet Physiomer® Irrigation Nasale :**

- Lave abondamment les fosses nasales et humidifie la muqueuse nasale,
- Fluidifie le mucus et évacue tout type de sécrétions, croûtes et agents infectieux,
- Soulage la congestion nasale et la pression sinusienne (effet osmotique),
- Permet de limiter le recours aux spécialités médicamenteuses en cas de rhinosinusites et rhinites allergiques,
- Favorise le bon fonctionnement du système de défense de l'appareil respiratoire (battement et clairance muco-ciliaire),
- Garantit une bonne tolérance grâce à son système tampon à base de bicarbonate de sodium.

Vidéo d'utilisation : www.respimer.com



MODE D'ADMINISTRATION - Choisir le mode d'administration selon la sévérité de vos symptômes :

SYMPTÔMES MODÉRÉS et CHRONIQUES : Montage 1 IRRIGATION DOUCE - Administration par gravité	SYMPTÔMES SÉVÈRES : Montage 2 IRRIGATION INTENSE - Administration par pression manuelle
Lors de la 1ère utilisation, laver chacune des pièces du dispositif à l'eau savonneuse puis rincer. Laver vos mains. Verser le contenu d'1 ou 2 sachet(s) dans le flacon. Remplir le flacon de 240 ml** d'eau de source ou d'eau minérale* tiède ou à température ambiante.	
 <p>Montage 1 : par gravité PRÉPARATION ET MONTAGE DU DISPOSITIF</p>  <p>— embout courbé — col — flacon</p> <p>Pour une irrigation douce : Visser le col au flacon et emboîter l'embout courbé sur le col.</p> <p>Le flacon et l'embout courbé sont orientés vers le bas. La solution s'écoule dans votre narine par gravité en pressant le flacon avec votre main.</p>	 <p>Montage 2 : par pression manuelle PRÉPARATION ET MONTAGE DU DISPOSITIF</p>  <p>embout droit — col — tube plongeur — flacon —</p> <p>Pour une irrigation intense : Fixer le tube plongeur sous le col dans l'orifice prévu à cet effet. Visser le tout au flacon et emboîter l'embout droit sur le col. Ajuster l'intensité du flux : « 1 goutte » pour obtenir un flux normal ; « 3 gouttes » pour obtenir un flux intense.</p> <p>Agiter le flacon en posant votre doigt sur l'ouverture de l'embout.</p> <p>Le flacon et l'embout droit sont orientés vers le haut. La solution pénètre dans votre narine en pressant le flacon avec votre main.</p>

CONSEILS

- Utiliser de l'eau de source ou minérale* tiède ou à température ambiante. Éviter d'utiliser de l'eau trop froide ou trop chaude, vous pourriez ressentir une sensation de brûlure.
- Vous pouvez tiédir la solution contenue dans le flacon progressivement par palier de 5 secondes au four à micro-ondes. Seul le flacon est étudié pour un usage au four à micro-ondes : aucune autre pièce du dispositif ne doit y être placée.
- Garder votre bouche ouverte pendant l'utilisation : la voile de votre palais est alors fermée et évite le passage de la solution dans la gorge. En dehors d'un goût salé qui peut être désagréable, avaler la solution ne présente aucun risque.
- Ajuster l'inclinaison de votre tête pour faciliter l'écoulement de la solution d'une narine à l'autre. Même si la solution ne passe pas d'une narine à l'autre, l'irrigation nasale est efficace.

CONTRE-INDICATIONS

Ne pas utiliser :

- Si votre nez est totalement bouché ou en cas de forte hémorragie nasale,
- Si vous souffrez d'une infection auriculaire, telle qu'une otite, un bouchon de cérumen ou si vous avez subi récemment une intervention chirurgicale des oreilles,
- Chez les sujets susceptibles de perdre leur équilibre.

EFFETS POSSIBLES

- Des picotements provisoires peuvent survenir à l'usage, espacer les utilisations jusqu'à leur disparition.
- Si vous ressentez un léger mal de tête pendant ou après l'utilisation, cela peut être dû à une mauvaise inclinaison de la tête. Si cette sensation persiste cesser l'utilisation.
- Si vous ressentez une pression au niveau des oreilles, arrêter le lavage et demander conseil à votre médecin.

PRÉCAUTIONS

- Ne pas remplacer les sachets PHYSIOMER® Irrigation Nasale spécialement conçus pour l'irrigation nasale par des solutions à base de sels (sel de table, gros sel ou fleur de sel) pouvant contenir des impuretés ou des antiagglomérants.
- Ne pas réaliser d'irrigation nasale avec de l'eau de source ou de l'eau minérale sans y avoir ajouté 1 ou 2 sachets PHYSIOMER® Irrigation Nasale, suivant le dosage souhaité. Ces eaux, utilisées seules, sont hypotoniques et peuvent créer un œdème nasal.
- Ne pas utiliser avec d'autres dispositifs en l'absence d'équivalence claire.
- Utiliser le sachet juste après ouverture. Ne pas réutiliser un sachet déjà ouvert pour éviter tout mauvais dosage.
- Utiliser un seul dispositif par personne.
- Réaliser l'irrigation au moins 1 heure avant de sortir au froid (risque de rhinite).
- En cas de pathologies aiguës (rhume, sinusite ou rhinosinusite ponctuelles), si les symptômes persistent au-delà de 10 jours, consulter votre médecin traitant.
- Ne pas laisser à la portée ni à la vue des enfants.
- Ne pas utiliser les sachets après la date d'expiration.
- Ne pas utiliser les sachets si l'emballage n'est pas dans son état d'origine.

ENTRETIEN

Après chaque utilisation,

- Démonter le dispositif,
- Rincer chacune des pièces : à l'eau claire ou à l'eau savonneuse (en rinçant par la suite soigneusement),
- Sécher avec du papier absorbant propre jetable ou avec un linge propre non pelucheux,
- Conserver le dispositif dans un linge propre et un endroit propre et sec.

UTILISATION

- Choisir le mode d'administration et l'embout adapté.
- Se pencher au-dessus d'un lavabo et incliner la tête sur le côté.
- Garder votre bouche ouverte et continuer à respirer normalement pendant toute la durée de l'irrigation nasale.
- Placer l'embout à l'entrée de votre narine supérieure de sorte qu'il y adhère parfaitement.
- Presser légèrement le flacon pour commencer l'irrigation -
- Chez l'adulte, utiliser entre 60 et 120 ml par narine en vous aidant des graduations sur le flacon,
- Chez l'enfant, ajuster le flux en position « 1 goutte » et utiliser 60 ml par narine.
- Incliner la tête pour drainer le reste de solution qui serait encore dans les fosses nasales et se moucher délicatement.
- Jeter la solution restante.
- Lors de la 1ère utilisation, la quantité de solution qui pénètre dans les fosses nasales crée fréquemment une impression de « boire la tasse » qui ne doit pas vous alerter. Cette sensation est normale et cesse au cours des utilisations suivantes.

DÉCONTAMINATION

- Une fois par semaine, démonter le dispositif et immerger chacune des pièces : soit dans du vinaigre blanc (dilué de moitié), soit dans de l'alcool à 70° (ou 70%). Laisser tremper 5 minutes, rincer et sécher chacune des pièces.
- Le dispositif supporte les techniques de désinfection suivantes, notamment pour les patients nécessitant des conditions d'hygiène spécifiques :
- Méthode thermique : utiliser un stérilisateur à vapeur, selon la notice des fabricants.
- Méthode chimique : utiliser des pastilles désinfectantes, selon la notice des fabricants.

* non gazeuse - ** environ

