

NENÄN HOITO HENGITYSLAITEHOIDON YHTEYDESSÄ

Nenän tehtävänä on toimia suodattimena ja lämmönvaihtimena. Nenän limakalvojen hyvä kunto vähentää selvästi nenän oireilua.

Hengityslaittehoidot eli **CPAP-** ja **2PV-**laitehoito saattavat varsinkin hoidon alkuvaiheessa sekä talvikuukausina aiheuttaa nenäoireita: tukkoisuutta, kuivumista, aivastelua, liman valumista nieluun tai vetistä nuhaa. Joskus saattaa esiintyä myös suun kuivumista.

HAPPI-hoito saattaa aiheuttaa nenän limakalvojen kuivumista, karstoittumista ja jopa nenäverenvuotoa.

Ensisijaisena hoitona oireisiin voit kokeilla alla olevia valmisteita, jotka ovat saatavilla apteekista ilman reseptiä. Joskus lääkäri on voinut määrätä sinulle säännöllisen lääkityksen nenäoireisiin, sitä tulee jatkaa annetun ohjeen mukaisesti.

Esimerkkejä valmisteista:

- **Natriumchlorid-** sekä **Humidose-**nenäsuihke; kostuttaa limakalvoja sekä vähentää karstaisuutta
- **A-vita / A-vita plus** –valmisteet; kosteuttavat ja hoitavat nenän limakalvoja sekä edistävät niiden uusiutumista
- **Dexpanthenol-**nenäsuihkeet kostuttavat ja hoitavat nenän limakalvoja
- **Nozoil-**nenäöljy; sisältää seesami-öljyä ja E-vitamiinia, kostuttamaan ja pehmentämään nenän limakalvoja
- **Nasolin- / Naso-Ratiopharm- / Otrivin- / Vick-** nenäsumutteet; vähentävät nenän limakalvoturvotusta ja tukkoisuutta. **EI JATKUVAAAN KÄYTTÖÖN**, enintään 10 vrk.
- Vaikeampien nenäoireiden hoidoksi voidaan kokeilla **kortisonipitoisia nenäsuihkeita**, jotka vaativat reseptin. Nämä suihkeet on tarkoitettu säännölliseen käyttöön, ja lääkkeen vaikutus alkaa muutaman päivän kuluttua aloituksesta.
- **Nenähuuhtelu** on toimenpide, jossa nenähuuhtelukannulla kehonlämpöistä miedosti suolattua vettä kierrätetään poskionteloiden kautta toisesta sieraimesta sisään ja toisesta ulos. Nenähuuhtelu kostuttaa ja puhdistaa nenän limakalvoja. Nenähuuhtelukannuja on myynnissä apteekeissa.
- **Suun kuivumisen** hoidoksi voit kokeilla ruokaöljyä suun limakalvoille tai apteekista saatavaa kostuttavaa suugeeliä