

Recette de solution saline

La nouvelle manière de s'y prendre propose plutôt des seringues remplies d'une solution saline :

- 3 ml par narine dès la naissance
- 5 ml à 6 mois
- 5 à 10 ml au-delà de 8 mois
- pour les plus de 3 ans, des bouteilles en irrigation à administrer directement dans le nez, autant de fois que nécessaire. D'une narine à l'autre, le liquide s'évacue tandis qu'on éponge le déluge.

Le mélange à utiliser se fabrique à partir de sachets vendus en paquets en pharmacie ou se prépare à la maison. Voici la recette :

On fait bouillir de l'eau du robinet à gros bouillon, incontournable le gros bouillon, des otites entretenues par des organismes nommés mycobactéries ayant été rapportées. À 750 ml d'eau, on ajoute ensuite 10 ml (2 cuillères à thé) de sel et 2,5 ml (1/2 cuillère à thé) de bicarbonate de soude (oui, de la petite vache). Le mélange se conserve sept jours au frigo dans des pots Mason. On se réchauffe température pièce la quantité nécessaire selon les besoins.