

Eddikevandsskylning af ørerne

Hvis du har **langvarig eller hyppig flåd** og betændelse i øret anbefales det at du skyller øret med eddikevand 1-2 gange dagligt

Du kan selv lave blandingen til eddikevandsskylningen som består af almindelig husholdningseddike og vand i forholdet 1:5 (fx. 1 dl. eddike i 0,5 liter vand)

Blandingen skal gerne have en behagelig temperatur, omkring 37 grader (lunkent) før øreskylningen for at undgå du bliver svimmel

Hvis du alligevel efter skylningen skulle blive svimmel behøver du ikke at blive bekymret. Svimmelhede ophører efter få minutter.

Du kan bruge en øreskyllesprøjte fra apoteket til skylningen.

Skyl med jævn kraft og pas på, at sprøjtespidsen ikke lukker

øregangen helt, vandet skal kunne løbe ud samtidig med at du skyller blandingen ind.

Hvis du også bruger øredråber, skal du vente 10-15 minutter til øret er tørt, før du drypper.

Øreskylning med eddikevand må ikke foretages på en trommehinde hvor du ved du har et hul eller dræn, medmindre det er aftalt med lægen.

Skylning af ørerne med saltvand

Hvis du eller dit barn har haft **flåd fra ørerne i få dage eller få uger** kan du med fordel skylle med saltvand 1-2 gange dagligt inden du drypper med antibiotikaholdige øredråber. Du kan bruge denne blanding selvom der er et hul eller dræn på trommehinden. Fordelen er at det meste pus skylles ud inden du bruger øredråberne og de dermed virker bedre.

Du kan med fordel selv lave saltvandsopløsningen.

Kog 1 l vand med en teskefuld (omkring 9 g) salt.

Blandingen kan stilles i køleskabet og opvarmes i mikrobølgeovnen inden brug

Saltvandet skal gerne have en behagelig temperatur, omkring 37 grader (lunkent) før øreskylningen for at undgå svimmelhed

Hvis der alligevel skulle opstå svimmelhed efter skylningen forsvinder det efter få minutter.

Du kan bruge en øreskyllesprøjte fra apoteket til skylningen.

Skyl med jævn kraft og pas på, at sprøjtespidsen ikke lukker øregangen helt, vandet skal kunne løbe ud samtidig med at du skyller blandingen ind.

Hvis du også bruger øredråber, skal du vente 10-15 minutter til øret er tørt, før du drypper.