



C'EST MALIN

Hygiène nasale Un réflexe pour toute la famille



Nez bouché, narines sèches, gêne respiratoire... les causes sont multiples mais pathologie ou non, comme pour les dents et les mains, un lavage nasal au quotidien s'impose. **Par Agnès Ventadour**

Le nez perçoit, filtre et irrigue notre organisme en oxygène. Et une mauvaise hygiène nasale favorise l'apparition de rhumes et autres pathologies et expose à des risques de surinfection.

Une solution simple : procéder à un nettoyage du nez au quotidien avec une solution marine en spray. Contrairement aux idées reçues, cette solution n'est pas un mélange d'eau et de sel ; le sel, abrasif pour les muqueuses, n'ayant aucun pouvoir anti-inflammatoire ou cicatrisant. Le spray nasal contient de l'eau de mer (plasma marin) isotonique qui possède de nombreuses propriétés. Les éléments qui composent l'eau de mer sont toujours les mêmes : 96,5 % d'eau pure et 90 éléments recensés (sels minéraux et oligo-éléments). Les oligo-éléments et sels minéraux naturellement contenus dans ces solutions aident la muqueuse nasale à se renforcer. De plus, l'eau de mer est parfaitement bien tolérée par l'organisme humain.

Prévenir et apaiser

On sait que le rhume est lié à une attaque de la muqueuse nasale. Le nez est une des barrières de protection majeures de l'organisme contre les agents pathogènes, mais bactéries et virus perturbent son rôle de protection.

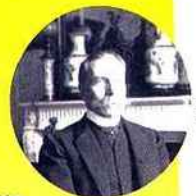
« 1 Français sur 5 est atteint d'allergie et 1 fois sur 2, elle est respiratoire. »

Le travail muco-ciliaire s'arrête ; le risque d'infections ORL augmente : rhinopharyngite, sinusite, otite vous guettent. Le lavage nasal est impératif pour enrayer le mal. Grâce à l'embout mis au point par le diffuseur de sérum physiologique, la microdiffusion couvre complètement les fosses nasales. Plus efficace que la dosette qui ne peut pas atteindre certaines parties hautes de la fosse nasale, le microdiffuseur envoie

par pression indolore des gouttelettes qui adhèrent à la muqueuse. L'effet mécanique du microdiffuseur nettoie les cils et la muqueuse. Le mucus accumulé est évacué. De ce fait, la muqueuse réhydratée reprend une activité normale. Reste plus qu'à se moucher après utilisation. Grâce à un lavage des narines, les symptômes disparaissent, la respiration et l'état général s'améliorent.

UN PEU D'HISTOIRE

C'est le physiologiste et biologiste français René Quinton qui a été le premier à découvrir la bio-similitude de l'eau de mer avec le plasma sanguin en 1897. Il a prouvé qu'il pouvait guérir de nombreuses affections. Mais dans les années 1930, les laboratoires pharmaceutiques ont commencé à imposer leurs médicaments chimiques et cette méthode naturelle est tombée aux oubliettes. Les années 1990 ont vu son retour grâce à certains scientifiques qui ont reconnu que les travaux du physiologiste donnaient des résultats remarquables sur l'anémie, les maladies de la peau, du système nerveux, les grossesses difficiles, les problèmes gastro-intestinaux...





À CHAQUE BESOIN, UNE SOLUTION



3 QUESTIONS À...
DR BENOÎT LAMBLIN
ORL



Marimer rhinopharyngite et sinusite aiguë

Association d'eau de mer hypertonique, riche en sels minéraux et oligo-éléments marins, à un tensio-actif qui détache les mucosités. Valve poche et gaz propulseur.

Dès 6 ans. Prix: 6,50€



Humer hygiène du nez

100% eau de mer non diluée. Adulte à partir de 15 ans.

Prix: 5,60€

Quels sont les bienfaits du lavage nasal ?
Aujourd'hui, on est de plus en plus sollicité par des personnes qui souffrent de nez qui gratte, qui pique et qui pourtant n'ont rien après examen. Les raisons sont multiples, la pollution en est une des premières qui touche plus le milieu urbain. Si c'est pris à temps, cela peut éviter de dégénérer et de finir en rhume. Le lavage nasal est totalement inoffensif, économique et permet en outre de ne pas utiliser de médicaments ou d'antibiotiques.

Phytosun aroms

Spray nasal décongestionnant associe les huiles essentielles à l'eau de mer hypertonique riche en oligo-éléments. Eau de mer hypertonique à 22% de sels minéraux, huiles essentielles d'Eucalyptus et Niaouli, extrait de menthe sauvage.

Prix: 7,60€



Rencontrez-vous des résistances auprès de vos patients ?

Lorsqu'un patient vient me voir, sa première demande est de guérir rapidement. Le lavage nasal est une bonne thérapie, mais qui demande de la régularité et de la patience. Notre mission est de convaincre les patients que l'hygiène est la meilleure des préventions et qu'il est indispensable de se nettoyer le nez au quotidien.

Que préconisez-vous ?

Je conseille de se faire des lavages en prévention une fois le matin, une fois le soir avec une solution salée à 9g/1000. Ces pulvérisations ont un effet décongestionnant. Une fois diffusée, l'eau s'évapore et l'on respire mieux de nouveau.



Mercurochrome

Spray nasal à base d'eau de mer naturelle et oligo-éléments naturels. Microdiffuseur. Nourrisson, enfant, adulte.

Prix: 7,20€

Marimer sinusite rhinite

Solution enrichie en cuivre et en manganèse, reconnus pour leurs vertus thérapeutiques dans le traitement des affections respiratoires.

Prix: 6,90€



Marimer nez bouché - rhume

Solution isotonique d'eau de mer, microdiffusée.

Prix: 5€



Humer Hygiène nez bouché nourrisson/ enfant

100% eau de mer non diluée. Son embout collerette est spécialement conçu pour sécuriser l'application chez les nourrissons.

Prix: 5,60€