



پوآر چیست :

وسیله پلاستیکی جهت پاک کردن مجاری بینی

به نام هتق بنش



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرزگان
بیمارستان پیامبر اعظم ص قشم



طرز استفاده از پوآر یا ساکشن بینی در شیرخواران :

با استفاده از پوآر شیرخوار راحت تر نفس خواهد کشید و خوردن و خوابیدن او هم آسانتر می شود.

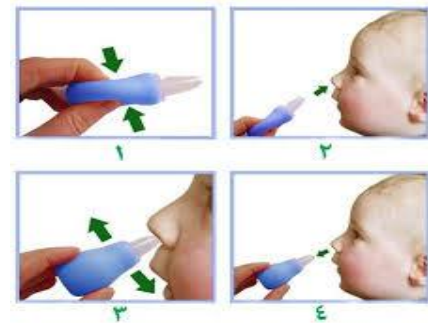
- کودک را بخوابانید و در وضعیت نیمه نشسته قرار گیرد .
- با یک قطره چکان به میزان کافی قطره بینی در هر طرف بریزید.
- سر او را به مدت ۱۰ ثانیه در همین وضعیت قرار دهید.
- با هر بار استفاده قطره چکان را تمیز کنید .
- گاهی همین سالیان به تنهایی باعث رفع گرفتگی می شود و نیازی به استفاده از پوآر نیست.



شناسنامه پمفلت آموزشی کد PED-2-97	
عنوان	استفاده از پوار
تهیه کننده	ام البنین بشیرزاده
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	۱۳۹۷ زمستان
نظر کیفی	متخصص کودکان و نوزادان
دکتر فرامرز صادقی	سوپروایزر آموزش به بیمار
دکتر عبدالباسط خطیبی زاده	ایرما ریحانی
دکتر نگین خوشبخت	

روش صحیح استفاده از پوآر یا ساکشن بینی :

- ابتدا پوآر را فشار دهید تا هوای آن خارج شود.
- سپس به آرامی آن را داخل یک سوراخ بینی نمایید.
- به آرامی از حالت فشرده خارج کنید تا ترشحات را بکشد.
- سپس پوآر را خارج نمایید و آن را مجدداً فشار دهید و داخل یک دستمال کاغذی بریزید.
- آن را با دستمال تمیز نمایید و برای طرف مقابل استفاده نمایید.
- اگر هنوز بعد از ۱۰ دقیقه راه بینی اش گرفته، دو باره مراحل یادشده را تکرار کنید .



• هشدار:

از این روش بیش از ۳ تا ۴ بار استفاده نکنید. استفاده بیش از حد سالیان در طولانی مدت باعث خشکی مخاط بینی می گردد :

بخاطر داشته باشید که با آرامی از روش یادشده استفاده نمایید چون استفاده با زور و فشار زیاد زیاد باعث ایجاد وحتى خونریزی می شود که این امر باعث بسته تر شدن مسیر تنفسی می شود .

چگونه پوآر یا ساکشن بینی را تمیز نماییم :

بعد از هر بار استفاده، آن را با آب گرم و مایع ظرفشویی بشوئید. پوآر را فشار دهید تا مایعات و آب درون آن خارج شود . سپس آنرا چندین بار تکان دهید . بعد از آن چند بار هم با آب پاکیزه شستشو دهید و بگذارید در هوای آزاد محیط خشک شود.