

## ATHOMER ΣΥΣΤΗΜΑ ΡΙΝΙΚΩΝ ΠΛΥΣΕΩΝ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ ΜΕ 50 ΦΑΚΕΛΑΚΙΑ ΑΛΑΤΙΟΥ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ & ΑΠΟΣΥΜΦΟΡΗΣΗ ΤΗΣ ΡΙΝΙΚΗΣ ΚΟΙΛΟΤΗΤΑΣ

Το **ΣΥΣΤΗΜΑ ΡΙΝΙΚΩΝ ΠΛΥΣΕΩΝ ATHOMER** αποτελεί μια φυσική θεραπευτική μέθοδο για τον καθαρισμό της ρινικής κοιλότητας. Η συσκευή είναι ειδικά σχεδιασμένη για πλύσεις του ρινικού βλεννογόνου. Κατά τη χρήση της, εκπλύνεται όλη η ρινική κοιλότητα και ο ασθενής έχει πλήρη έλεγχο της πίεσης – ροής με αποτέλεσμα να προσαρμόζεται ανάλογα με τις ανάγκες και τις ιδιαιτερότητες του καθενός.

Διαλύοντας **ένα** φακελάκι **ATHOMER** σε 250ml απεσταγμένο ή βρασμένο νερό βρύσης, δημιουργείται ένα **Ισότονο** διάλυμα το οποίο βοηθάει στην αποτελεσματική και ασφαλή αποσυμφόρηση της ρινικής κοιλότητας. Μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί προληπτικά για την καθημερινή υγιεινή της ρινικής κοιλότητας.

Διαλύοντας δύο φακελάκια **ATHOMER** δημιουργείται ένα **Υπέρτονο** διάλυμα κατάλληλο για την ανακούφιση των συμπτωμάτων που προκαλούν η ρινοκολπίτιδα και η ολοετής ή εποχιακή αλλεργική ρινίτιδα.

**Κατάλληλο για ενήλικες και παιδιά άνω των 4 ετών.**

### ΣΥΝΙΣΤΑΤΑΙ ΓΙΑ

- Διευκόλυνση της ρινικής αναπνοής κατά τη διάρκεια του κρυολογήματος και της γρίπης.
- Στη χρόνια ρινοκολπίτιδα (ιγμορίτιδα) και στην αλλεργική ρινίτιδα.
- Όταν υπάρχει αίσθημα πίεσης στους παραρρινίους κόλπους ή οπισθορινική καταρροή.
- Προληπτικά για μείωση των συμπτωμάτων στις αλλεργίες από σκόνη, ατμούς, τρίχωμα ζώων, γρασίδι, γύρη, καπνό κλπ., στο σπίτι ή στο χώρο εργασίας.
- Χρήστες συσκευών συνεχούς θετικής πίεσης αεραγωγών (CPAP) με άπνοια ύπνου και ροχαλητό.

**ΣΥΝΘΕΣΗ:** Ένα φακελάκι **ATHOMER** περιέχει: **99,6% NaCl, Ασβέστιο, Κάλιο, Μαγνήσιο.**

### ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ & ΔΟΣΟΛΟΓΙΑ

Εάν χρησιμοποιείτε τη συσκευή για πρώτη φορά, πλύνετε κάθε μέρος της με σαπούνι και ξεβγάλετε προσεκτικά με νερό. Πλύνετε καλά τα χέρια σας και στη συνέχεια γεμίστε τη φιάλη μέχρι τα 250ml με απεσταγμένο νερό ή εναλλακτικά με νερό από τη βρύση που έχετε βράσει για 5 λεπτά, ώστε να αποστειρωθεί (εικ.1).

Χρησιμοποιήστε 1 φακελάκι **ATHOMER** για να δημιουργήσετε **Ισότονο** διάλυμα ή 2 φακελάκια **ATHOMER** για **Υπέρτονο** διάλυμα και ανακινήστε καλά με κλειστή την οπή του πώματος (εικ.2).

Περιμένετε μέχρι το διάλυμα να γίνει χλιαρό και στη συνέχεια χρησιμοποιήστε το.



- Σκύψτε πάνω από το νεροχύτη και γείρετε το κεφάλι σας προς τη μια πλευρά.
- Τοποθετήστε το ρύγχος του μπουκαλιού στο ρουθούνι και πιέστε ελαφρώς το μπουκάλι μέχρι να αρχίσει να απορρέει από το αντίθετο ρουθούνι (εικ.3).
- Καθώς πιέζετε το μπουκάλι, διατηρείτε ταυτόχρονα το στόμα σας ανοιχτό και αναπνεύστε (μέσω του στόματος) κανονικά καθ' όλη τη διάρκεια της ρινικής πλύσης.

- Συνεχίστε την ήπια πίεση προς το μπουκάλι έως ότου χρησιμοποιηθούν 120ml για τους ενήλικες και 60ml για τα παιδιά.
- Ακολουθήστε τις ίδιες οδηγίες χρήσης και για το αντίθετο ρουθούνι (εικ.4).
- Αμέσως μετά την πλύση, γείρετε εναλλάξ δεξιά και αριστερά το κεφάλι σας, προκειμένου να αποστραγγίσετε το υπόλοιπο του διαλύματος από τις ρινικές κοιλότητες και στη συνέχεια φυσήξτε ήπια τη μύτη σας.
- Μην καταπίνετε το διάλυμα.
- Πετάξτε τυχόν υπολειπόμενο διάλυμα και ξεπλύνετε τη συσκευή με νερό μετά από κάθε χρήση. Συνιστάται η αντικατάσταση της συσκευής μετά από χρήση 3 μηνών.

### ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ

1. Μην χρησιμοποιείτε το προϊόν εάν έχετε τελείως βουλωμένη μύτη ή αυτιά, καθώς και σε άτομα που είναι σε κατάκλιση.
2. Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή ταυτόχρονα με άλλα άτομα αν δεν την έχετε προηγουμένως αποστειρώσει, για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων.
3. Να χρησιμοποιείτε πάντα το φακελάκι **ATHOMER** αμέσως μετά το άνοιγμα.
4. Μην χρησιμοποιείτε τα φακελάκια **ATHOMER** μετά την ημερομηνία λήξεως ή αν η συσκευασία του έχει αλλοιωθεί.
5. Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή μόνο με νερό (χωρίς τα φακελάκια **ATHOMER**).

### ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

Διακόψτε τη χρήση εάν νοιώσετε πίεση στα αυτιά ή ελαφρύ πονοκέφαλο κατά τη διάρκεια ή και μετά τη χρήση. Να φυλάσσεται μακριά από παιδιά.

### Κυκλοφορεί σε δύο συσκευασίες:

- **ATHOMER** Συσκευή 250ml & 10 φακελάκια Αλατιού για διάλυμα ρινικών πλύσεων
- **ATHOMER** Κουτί με 50 φακελάκια Αλατιού για διάλυμα ρινικών πλύσεων

**Κατασκευαστής:** Pharmacosmetic – diafarm, [www.athomer.com](http://www.athomer.com)

**Αποκλειστικός Διανομέας:** Pharma Q A.E., [www.pharmaq.gr](http://www.pharmaq.gr) , Tel: (+30) 210 9374576 – 8

## ATHOMER NASAL WASH SYSTEM AND PACKAGE WITH 50 SALT SACHETS CLEANING & DECONGESTION OF NASAL CAVITY

**ATHOMER NASAL WASH SYSTEM** is a natural therapeutic method for the cleaning of nasal cavity. The device is specially designed for washing nasal mucosa. During its use, it covers the entire nasal cavity, so as the patient has complete control of the pressure-flow, because of which it adapts according to the needs and peculiarities of each person.

By dissolving **one ATHOMER** sachet in 250ml in either distilled or boiled tap water, you make an **Isotonic** solution which helps in the effective and safe decongestion of the nasal cavity. It can also be used precautionary for the daily hygiene of the nasal cavity.

By dissolving **two** sachets of **ATHOMER** you can make a **hypertonic** solution suitable for the relief of the symptoms caused by sinusitis and chronic or seasonal allergies.

**Suitable for adults and children over 4 years old.**

### **RECOMMENDED FOR**

- Making breathing easier during colds and flu.
- In chronic sinusitis and allergic rhinitis.
- When there is a feeling of pressure in the sinuses or posterior runny nose.
- Preventively reduces symptoms in allergies to dust, fumes, animal hair, grass, pollen, tobacco, etc., at home or at work.
- Users of Continuous Positive Airway Pressure (CPAP) devices with apnoea during sleep and snoring.

### **COMPOSITION**

An **ATHOMER** sachet contains: 99.6% NaCl, Calcium, Potassium, Magnesium.

### **PREPARATION & DOSAGE**

If you are using the device for the first time, wash each part with soap and rinse well with water.

Wash your hands well and then fill the vial up to 250ml with distilled water or alternatively tap water that has been boiled for 5 minutes to sterilize it (fig.1).

Use one **ATHOMER** sachet to create Isotonic solution or two **ATHOMER** sachets for hypertonic solution and shake well with the cap closed (fig.2). Wait until the solution is lukewarm and then use it.



- Bend over the sink and tilt your head to one side.
- Insert the nozzle of the bottle into the nostril and gently squeeze the bottle until the solution starts to flow from the opposite nostril (fig.3).
- While squeezing the bottle, keep your mouth open at the same time and breathe (through the mouth) normally throughout the nasal washing.

- Continue gentle pressure on the bottle until 120ml is used for adults and 60ml for children.
- Follow the same instructions for use for the opposite nostril (fig.4).
- Immediately after washing, tilt your head alternately left and right to drain the rest of the solution from the nasal cavities and then gently blow your nose.
- Do not swallow the solution.
- Discard any remaining solution and wash the device (bottle) with water after use. It is recommended to replace the device after 3 months of use.

### **PRECAUTIONS**

1. Do not use the product if you have completely congested nose or ears, or when you are lying down.
2. Do not use the device with other people unless you have previously sterilized it to prevent the transmission of germs.
3. Always use the **ATHOMER** sachet immediately after opening.
4. Do not use **ATHOMER** sachets after the expiry date or if the packaging is damaged.
5. Do not use the device only with water (without the **ATHOMER** sachets).

### **CONTRAINDICATIONS**

Discontinue use if you feel pressure in the ears or a slight headache during or after use.

Keep out of reach of children.

### **Available in two packages:**

- **ATHOMER** Bottle 250ml with 10 salt sachets for nasal wash solution
- **ATHOMER** Bt. 50 salt sachets for nasal wash solution

Manufacturer: Pharmacosmetic – diafarm, [www.athomer.com](http://www.athomer.com)

Exclusive Distributor: Pharma Q A.E., [www.pharmaq.gr](http://www.pharmaq.gr), Tel: (+30) 210 9374576 – 8