User Instructions
Before using the Rhino Horn for the first time, you should rinse it thoroughly with running water.

The Water
Prepare a saline solution by filling the Rhino Horn with lukewarm water (37° C / 98.6° F) and a spoonful of ordinary fine kitchen salt (NaCl). Use the measuring spoon included with the Rhino Horn for the correct amount of salt. Close the openings of the Rhino Horn with your palm / finger and shake it a few times to dissolve the salt. If there are concerns about water quality, boil the water for one minute and then let it cool to body temperature. If the tap water is safe, you may use it directly from the warm tap.

Rinsing the Nose
To use the Rhino Horn, tilt your head sideways over the sink and from the side gently place the spout into the upper nostril. Start with your less congested nostril. Breathing normally through your open mouth, pour the saline solution into your upper nostril, and if the angle of the head is correct, the water will drain directly through the lower nostril. Do not stick your chin out; keep it tucked in towards your chest, otherwise the water will run back from the nasal cavity into your throat. Repeat on the other side.

Empty Your Nose
To clear any remaining water from your nose and sinuses after you use the Rhino Horn, bend forward with the top of your head down, look to the side, close the lower nostril and gently blow into a tissue through the open nostril. Be careful not to blow so hard that your ears pop. Repeat on the other side. Do this a few times.

Cleaning the Rhino Horn
After each use, the Rhino Horn should be rinsed out and left to air-dry. The Rhino Horn may be washed in a dishwasher and may even be cleaned in boiling water for a few minutes (not the spoon). Washing or boiling is necessary only if two persons are using the same Rhino Horn right after one another. Normally air-drying is enough.
See also www.rhinohorn.co.uk/userguide/

Please report any benefit or serious incident from using Rhino Horn to post@somamed.com

No Phthalates – No Bisphenol A
Toxic free according to REACH 247 test

Distribution:

España:
Laboratorios Pharma & Go SA
Avenida Castilla 53 - 55, Nave 7
28830 San Fernando de Henares
(Madrid), España

France:
Rhino Horn France SAS
97 Chemin de Boisse
24100 Bergerac, France

Benelux:
Rhino Horn Benelux BV
Postbus 1555, 3800 BN Amersfoort
Nederland / Pays-Bas

Deutschland:
Marian Med
Am Kupferberg 6,
53619 Rheinbreitbach, Deutschland

UK / Italia:
Somamed AS
P. O. Box 200
1451 Nesoddtangen, Norway

Somamed AS
P. O. Box 200
1451 Nesoddtangen, Norway

REF RHB4505 / RHR4512 MD

CE Regulation (EU) 2017/745

Latest revision: July 2026

Rhino Horn

- Instrucciones de uso
- User Instructions
- Mode d'emploi
- Istruzioni per l'uso
- Gebrauchsanweisung
- Gebruiksaanwijzing

Gebruiksaanwijzing

Spoel de Rhino Horn grondig af met stromend water vóór het eerste gebruik.

Voorbereiding
Bereid een zoutoplossing door de Rhino Horn te vullen met lauwwarm kraanwater (ongeveer 37 °C) en voeg één afgestreken doseerlepel (2.7 gr.) fijn keukenzout (natriumchloride) zonder jodium toe. Meer informatie over zout vindt u in de FAQ op rhinohorn.nl en rhinohorn.be. Dek de openingen van de Rhino Horn af met uw handpalm en vinger en schud deze enkele malen om het zout op te lossen. Indien u twijfelt aan de kwaliteit van het water, kookt u het water eerst één minuut en laat u het afkoelen totdat het lauwwarm is. Als het water veilig is, kunt u direct warm water uit de kraan gebruiken.

De neusspoeling
Houd uw hoofd schuin en breng de tuit van de Rhino Horn aan op het neusgat. Start met het neusgat dat het minst verstopt is. Adem op normale wijze door de mond en laat de helft van de zoutoplossing door uw neusholtes stromen. De zoutoplossing gaat het ene neusgat in en loopt er door het andere uit. De zwaartekracht doet het werk, u hoeft niets anders te doen dan rustig door de mond te ademen met het hoofd in de juiste stand. Kantel uw hoofd niet naar achteren, de zoutoplossing loopt dan vanuit de neusholte in de keel.

Laat de helft van de zoutoplossing door één neusgat stromen, haal de Rhino Horn weg en houd uw hoofd weer recht. Er zal vanzelf wat zoutoplossing uit uw neus lopen. Maak uw neus leeg door zachtjes te snuiten. Snuit zeker niet te hard en vermijd dat uw oren ploppen. Herhaal de handeling door de rest van de zoutoplossing door uw andere neusgat te laten stromen.

Als uw neus zodanig verstopt is dat de zoutoplossing er niet vrij doorheen kan stromen, laat het dan een paar seconden in het neusgat staan en wissel van neusgat. Na een paar pogingen zal de warme zoutoplossing de slijmvliezen ontspannen en komt de spoeling op gang.

Bij verkoudheid, acute of chronische bijholteontsteking (sinusitis), of in geval van een allergische reactie op pollen kunt u de Rhino Horn meerdere malen per dag gebruiken. Als u de Rhino Horn voor de dagelijkse neushygiëne of preventief gebruikt, is eenmaal per dag spoelen voldoende.

Na het spoelen
Zorg dat er na gebruik van de Rhino Horn geen zoutoplossing achterblijft in de neus en bijholten. Buig uw hoofd naar voren en draai het naar één kant. Druk het onderste neusgat dicht en snuit zachtjes door het bovenste neusgat. Houd een papieren zakdoek voor de neus, snuit voorzichtig en laat de oren niet ploppen. Er kunnen een paar druppels of een klein stroompje zoutoplossing uit uw neus lopen. Draai uw hoofd naar de andere kant en snuit zachtjes door het andere neusgat. Herhaal dit enkele malen voor beide neusgaten.

Reinigen van de Rhino Horn
Spoel de Rhino Horn na elk gebruik af en laat hem drogen. U kunt de Rhino Horn ook in de vaatwasser reinigen of enkele minuten in water koken (niet de lepel). Grondig reinigen of koken is alleen nodig als twee mensen de Rhino Horn kort na elkaar gebruiken. Laat de Rhino Horn in alle gevallen in de open lucht drogen vóór het volgende gebruik.

Zie ook
www.rhinohorn.nl/neus-spoelen-in-4-stappen

Meld elk voordeel of ernstig incident bij het gebruik van de Rhino Horn aan post@somamed.com.

Gebrauchsanweisungen
Bitte reinigen Sie das Rhino Horn vor dem ersten Gebrauch gründlich mit fließendem Wasser.

Das Wasser
Benutzen Sie eine Kochsalzlösung, die Körpertemperatur hat (37° C). Um die richtige Kochsalzkonzentration zu erhalten, verwenden Sie handelsübliches, feines Kochsalz und den beiliegenden Messlöffel (2,7 G NaCl). Schließen Sie die Öffnung des Rhino Horns™ mit dem Daumen und Finger und schütteln Sie es leicht, um das Salz aufzulösen.

Falls das fließende Wasser nicht angewendet werden kann, kurz das Wasser aufkochen und wieder abkühlen. Ansonsten kann lauwarmes Wasser direkt aus dem Wasserhahn benutzt werden.

Reinigen der Nase
Setzen Sie die Spitze der Öffnung des Rhino Horns™ seitlich in das Nasenloch, das am wenigstens verstopft ist. Drücken Sie die Öffnung leicht in das Nasenloch, damit das Nasenloch dicht an der konischen Öffnung anliegt. Seien Sie vorsichtig, dass die Öffnung des Rhino Horns™ nicht gegen die mittlere Nasenwand anstößt.

Atmen Sie ruhig durch den Mund. Beugen Sie sich leicht vor und halten Sie Ihren Kopf über das Waschbecken, das Kinn nicht hoch halten, sondern zur Brust wenden, um zu verhindern, dass das Wasser von der Nasenhöhle in den Hals zurückläuft.

Sehen Sie nach unten und wenden Sie den Kopf zur Seite ohne das Kinn nach vorne zu bewegen. Durch die Schwerkraft fließt das Wasser in das eine Nasenloch herein und aus dem anderen wieder heraus. Sie brauchen nichts anderes zu tun, als ruhig durch den Mund zu atmen und den Kopf im richtigen Winkel zu halten.

Falls Ihre Nase sehr verstopft ist und das Wasser nicht frei durch die Nase laufen kann, lassen Sie das Wasser nur einige Sekunden in der Nase stehen und wechseln dann die Seite. Nach einigen Versuchen wird das lauwarme Salzwasser die Spannungen in den Schleimhautmembranen lösen, so dass das Wasser langsam anfängt frei durch das andere Nasenloch zu laufen – zuerst ein wenig und dann mehr und mehr.

Lassen Sie die Hälfte des Wassers durch die eine Seite Ihre Nase laufen, entfernen Sie das Rhino Horn. Etwas Wasser wird von alleine heraustropfen. Leeren Sie Ihre Nase indem Sie leicht durch ein Nasenloch blasen, vorsichtig und nicht zu hart. Verhindern Sie, dass es in den Ohren knackt. Dann wiederholen Sie den ganzen Prozess, indem Sie den Rest des Wassers durch das andere Nasenloch laufen lassen.

Bei einer Erkältung, ernsten Entzündung oder Pollenreaktion können Sie das Rhino Horn mehrmals täglich benutzen. Zum Wohlbefinden zur Vorbeuge und Hygiene ist einmal pro Tag genug.

Leeren der Nase
Sorgen Sie nach dem Gebrauch des Rhino Horns™ dafür, dass alles Wasser aus der Nase und der Nasenhöhle ausgelaufen ist.

Beugen Sie sich nach vorne mit dem Kopf nach unten, wenden Sie den Kopf zur einen Seite, schließen Sie das untere Nasenloch mit einem Finger und blasen Sie leicht durch das andere Nasenloch in ein Taschentuch. Blasen Sie nicht so hart, dass es in Ihren Ohren knackt. Wiederholden Sie es auf der anderen Seite. Wiederholden Sie es mehrmals auf beiden Seiten. Es können vielleicht nur ein Paar Tropfen herauskommen, aber es kann auch ein kleiner Wasserfluss sein.

Reinigung des Rhino Horns™

Nach dem Gebrauch soll das Rhino Horn vom Wasser entleert und in der Luft getrocknet werden. Das Rhino Horn kann im Geschirrspüler gereinigt werden. Es kann auch im kochenden Wasser in einigen Minuten gereinigt werden (nicht der Messlöffel). Dies ist normalerweise nur notwendig, wenn zwei Personen dass Rhino Horn gleich nach einander benutzen. Im Normalgebrauch ist das Lufttrockenen genug.

Siehe auch
www.rhinohorn.de/gebrauchsanweisung/

Mode d'emploi

Rincez soigneusement le Rhino Horn sous l'eau avant la première utilisation.

L'eau
Remplissez le Rhino Horn avec de l'eau à la température corporelle (37° C) et ajoutez une dose de sel fin ordinaire de cuisine en utilisant la dosette (2.7 g NaCl) incluse dans la boite. Obstruez les ouvertures avec votre main/doigt et secouez afin de dissoudre le sel.

En cas de doute sur la qualité de l'eau du robinet, faites-la bouillir brièvement et laissez-la refroidir à la température du corps. Si la qualité de l'eau est sûre, servez-vous directement du robinet d'eau chaude.

Le lavage de nez
Appliquez l'embout du Rhino Horn contre la narine la moins bouchée. Appuyez légèrement afin d'éviter les fuites. Faites attention de ne pas obstruer l'ouverture du Rhino Horn en l'appuyant contre la cloison nasale.

Respirez normalement par la bouche et penchez-vous légèrement vers l'avant pour que votre tête se trouve au-dessus du lavabo. N'avancez pas le menton, rentrez-le vers votre poitrine, sinon l'eau s'écoulera dans votre gorge. Regardez vers le bas et tournez la tête sur le côté. L'eau coulera dans une narine et s'évacuera par l'autre par pesanteur. Respirez calmement par la bouche en gardant la bonne position de votre tête.

Si votre nez est bouché au point d'empêcher l'eau de passer d'une narine à l'autre, laissez l'eau dans le nez quelques secondes et changez de côté. Après quelques essais, l'eau tiède et salée aura pour effet de détendre les muqueuses et de libérer la voie nasale.

Laissez passer la moitié de l'eau et redressez-vous. Un peu d'eau s'écoulera de votre nez. Videz-le en soufflant très doucement par une narine à la fois. En soufflant trop fort, vous risquez de vous boucher les oreilles. Versez le restant de l'eau dans l'autre narine en suivant la même procédure.

En cas de rhume, sinusite ou réaction allergique aux pollens, vous pouvez utiliser le Rhino Horn plusieurs fois par jour. Pour le bien-être, l'hygiène et la prévention, une utilisation par jour suffit.

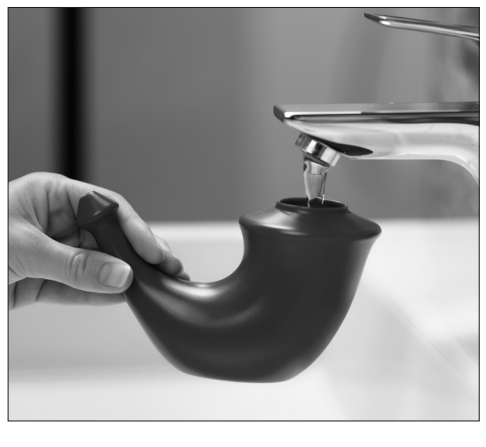
Il faut vider le nez complètement
Assurez-vous qu'il ne reste plus d'eau dans votre nez et vos sinus après le lavage avec le Rhino Horn. Faites ce test : penchez-vous la tête vers le bas, tournez votre tête, fermez la narine qui est vers le bas et soufflez – pas trop fort – par l'autre narine. Faites-le avec précaution pour ne pas boucher vos oreilles. Répétez le geste de l'autre côté, le tout plusieurs fois. Il y a parfois quelques gouttes d'eau qui sortent, ou un petit filet d'eau.

Le nettoyage du Rhino Horn
Après l'utilisation du Rhino Horn, Rincez-le, videz le complètement et Laissez-le sécher à l'air (les ouvertures vers le bas). Le Rhino Horn passe au lave-vaisselle et supporte d'être ébouillanté quelques minutes (pas la dosette). Si deux personnes utilisent le même Rhino Horn, il doit être lavé ou ébouillanté après chaque utilisation sinon un rinçage et un séchage suffisent.

Voir également
www.rhinohorn.fr/mode-demploi/

Veuillez signaler tout bénéfice ou incident grave liés à l'utilisation du Rhino Horn à post@somamed.com.

Garanti sans Bisphénol et Phtalates - REACH 247 test



or / ou / oder / of / o

Istruzioni per l'uso

Prima di utilizzare Rhino Horn per la prima volta, dovreste risciaquarlo sotto l'acqua del rubinetto.

L'acqua
Utilizzate una soluzione salina a temperatura corporea (37° C / 98.6° F). Per misurare correttamente la quantita di sale da cucina fine (2.7 g NaCl) utilizzate il misurino incluso con il Rhino Horn. Chiudete le aperture del Rhino Horn, con il palmo della mano e con il dito e scuotetelo per qualche istante per fare sciogliere il sale. Se l'acqua del rubinetto non è raccomandata, fatela bollire per qualche minuti e poi fatela raffreddare fino a raggiungere la temperatura corporea. Se l'acqua del rubinetto è affidabile usatela direttamente dal rubinetto.

Lavaggio del naso
Appoggiare l'estremita del Rhino Horn sulla narice meno cogestionata. premete leggermente il beccucio sulla narice in modo che la narice abbraccia perfettamente il beccucio conico. Fate attenzione a non chiudere l'apertura del Rhino Horn contro la parete del naso.

Respirate normalmente dalla bocca e piegate leggermente in avanti il vostro busto in modo di avere la vostra testa sopra il lavandino. Non sollevare il mento. Tenete il mento piegato verso il petto. Altrimenti, l'acqua scorrera dalla cavita nasale nella vostra gola. Guardate verso il basso e ruotate la testa sul lato tenendo sempre il mento piegato verso il petto. L'acqua fluira da una narice all'altra. La forza di gravità farà il resto; non dovete fare altro se non respirare con calma dalla bocca con la testa nella posizione corretta.

Se il vostro naso è molto congestionato impedendo all'acqua di scorrere liberamente nel vostro naso, lasciate che l'acqua resti per qualche secondo nella narice e cambiate lato. Dopo qualche tentativi, l'acqua salata rilassera la mucosa del naso e l'acqua inizierà a scorere liberamente dalla narice - inizialmente poco ma poi sempre di più.

Durante un raffreddore, sinusiti o reazioni allergiche da polline, usate il Rhino Horn piu volte al giorno.
Per un normale benessere, igiene e prevenzione, una sola volta al giorno è sufficiente

Vuotate il naso
Assicuratevi di vuotare bene l'acqua dal vostro naso e sinus dopo l'utilizzo di Rhino Horn. Piegatevi in due in modo che la vostra testa ciondoli verso il pavimento. Poi girate la testa su un lato, chiudete la narice piu bassa e delicatamente soffiatevi il naso in un fazzoletto dalla narice aperta. Attenzione a non soffiare troppo forte, potrebbero tapparsi le orecchie. Ripetere l'operazione sull'altro lato. Ripetete l'operazione piu volte se necessario. Potreste avere soltanto qualche goccie d'acqua, ma potreste anche vedere uscire un piccolo rivolo d'acqua.

Pulizia del Rhino Horn
Dopo l'uso il Rhino Horn's™ deve essere vuotato totalemente dall'acqua e lasciato asciugare all'aria. Il Rhino Horn puo essere lavato in lavastoviglie e puo anche essere disinfettato in acqua bollente per qualche minuti (non il misurino). E necessario lavarlo o disinfettarlo in acqua bollente solo se due persone usano Rhino Horn una subito dopo l'altra. Normalmente asciugare all'aria è sufficiente.

Guarda anche
www.somamed.com/italian/istruzioni-duso/

Instrucciones de uso

Antes de usar el producto Rhino Horn por la primera vez, debe de enjuagarlo bien con agua.

El Agua
Use la solucion salina a temperatura corporal (37° C / 98.6° F). Para una medición correcta de sal de fina cocina ordinaria (2.7 g NaCl), use la cuchara medidora incluida con Rhino Horn. Cierre las aberturas de el Rhino Horn con su palma /dedo y sacudalo unas cuantas veces hasta que la sal se disuelva.

Si el agua del grifo podria no ser segura, hierva el agua por un minuto y luego enfriela de nuevo a temperatura corporal. Si el agua es segura, puede usarla directamente del grifo.

Enjuagando la Nariz
Coloque la punta de la boquilla del Rhino Horn de el lado de la menos congestionada fosa nasal. Presione la boquilla delicadamete dentro de su fosa nasal para que encaje bien alrededor de la boquilla en forma de cono. Tenga cuidado en no tapar la abertura de la punta de el Rhino Horn contra la pared intermedia de la nariz.

Respire normalmente por su boca e inclinise un poco hacia enfrente de sus caderas para mantener su cabeza sobre el fregadero. No levante y saque la barbilla. Mantengala metida dirigida hacia su pecho. De otra manera el agua se saldra de su cavidad nasal y correra hacia adentro de su garganta.

Mire hacia abajo y despues sin sacar su barbilla gire su cabeza hacia el lado donde esta sosteniedo el Rhino Horn. El agua fluirá adentro de una fosa nasal y saldra a través de la otra. Gravedad hace el trabajo; usted no tiene que hacer nada mas que respirar tranquilamente por su boca con su cabeza ladeada en el angulo correcto. Si su nariz esta demasiado congestionada, previniedo el agua de correr libremente por su nariz, deje que el agua que permanesca en su fosa nasal por algunos segundos y cambie lados. Despues de algunos intentos, la calida agua salada aflojara la tension en las membranas nasales para que el agua empieze a correr libremente afuera de la otra cavedad nasal – un poco al principio, despues mas y mas.

Deje la mitad del agua correr a través de un lado de su nariz, remueva el Rhino Horn y levante su cabeza. Un poco de agua se escurrira. Una a la vez vacíe su nariz suavemente soplando a través de una fosa nasal – tenga cuidado de no soplar muy fuerte. Evite destapar sus oídos al soplar. Luego repita el proceso, virtiendo el resto del agua en el otro lado de su nariz.

Durante un resfriado, una severa sinusitis o reacción al polen, usted puede usar el Rhino Horn varias veces al dia. Para un bienestar diario, hygiene y prevencion, una vez al día es suficiente.

Vacíe su Nariz
Asegurese de que no haya quedado agua en su nariz despues de usar el Rhino Horn. Simplimente inclienese hacia el frente para que la parte superior de su cabeza este apuntando hacia el suelo. Luego gire su cabeza hacia un lado, tape la fosa nasal inferior y sople suavemente sobre una servilleta a través de la fosa nasal que permanecio abierta. Tenga cuidado de no soplar muy fuerte que destape sus oídos. Repita lo mismo en el otro lado. Haga esto unas pocas veces. Pueda que solo tenga unas pocas gotas saliendo, pero tambien pueda que vea un pequeño flujo de agua escurriendo fuera de su nariz.

Limpiando el Rhino Horn
Despues de usar, el Rhino Horn debe de vacíado completamente de agua y dejado secar con el aire. El Rhino Horn

puede ser lavado en un lavavajillas y hasta puede ser limpiadio en agua hirviendo por algunos minutos (no la cuchara medidora). Lavar o hervir es so lo necesario si dos personas estan usando el mismo Rhino Horn uno despues del otro. Normalmente dejandolo secar en el aire es suficiente.

Ver también
www.somamed.com/espana/instrucciones-de-uso/