



**PEMERINTAH KABUPATEN LAMONGAN
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. SOEGIRI**

NOMOR : 445/05/PKRS/413.209/2023

Cara Merendam Telinga yang kotor dengan obat Ferumen

1. Tetesi telinga yang buntu atau kotor dengan obat 3-4 tetes sampai kotoran telinga atau Cerumen terendam obat
2. Tunggu \pm 10 - 15 menit
3. Lakukan 3-4 kali per hari
4. Kontrol ke poli 4-5 hari kemudian bila kotoran telinga atau Cerumen belum bisa keluar.

Cara Mencuci Telinga dengan H₂O₂ 2%

1. Hangatkan obat dengan cara merendam obat dan botolnya di air hangat
2. Masukkan H₂O₂ 2% (hangat-hangat kuku) ke telinga yang sakit sampai penuh
3. Tekan-tekan anak telinga \pm 15 kali
4. Bersihkan telinga dengan kain bersih atau tisu kering
5. Ulangi lagi cara diatas sampai 3 kali
6. Lakukan Pagi, Siang, dan Sore atau kalau telinga terasa gatal atau keluar cairan dari telinga

Cara Mencuci Hidung dengan NaCl 0,9 %

1. Hangatkan NaCl 0,9% dengan cara merendam obat dan botolnya dalam air hangat
2. Tuangkan NaCl hangat dalam gelas, isi spuit dengan obat
3. Tundukan badan semprot hidung kanan dan kiri dengan obat bergantian 3 kali
4. Selama obat di semprotkan ke hidung tahan nafas sementara





PEMERINTAH KABUPATEN LAMONGAN
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. SOEGIRI

Kumur NaCl

1. Rendam NaCl dalam air hangat
2. Tuang NaCl \pm ¼ gelas
3. Dalam kondisi hangat, buat kumur-kumur sampai hangatnya hilang, kemudian buang
4. Lakukan sebanyak 3 kali selama 5 menit
5. Ulang pagi, siang dan sore hari



PANTANGAN !!

PANTANGAN JAMUR TELINGA / OTOMIKOSIS

- ☒ Ikan Laut
- ☒ Telur
- ☒ Ayam Horen
- ☒ Terasi / Petis
- ☒ Udang
- ☒ dan pantangan lain yang menyebabkan alergi atau gatal tergantung individu

PANTANGAN OMSK !!!

1. Telinga tidak boleh kemasukan air mandi
2. Tidak boleh minum es
3. Tidak boleh merokok atau dekat dengan asap rokok

