“当你们中有人从睡眠中醒来时，应当擤鼻三次，因为恶魔在他鼻腔中栖宿过夜。”

艾布·胡莱勒（愿主喜悦之）传述，先知（愿主福安之）说： “当你们中有人从睡眠中醒来时，应当擤鼻三次，因为恶魔在他鼻腔中栖宿过夜。”
[正确的] [布哈里和穆斯林共同辑录]

先知（愿主福安之）劝勉从睡眠中醒来的人擤鼻三次；所谓擤鼻，是指将水吸入鼻中后再将其排出。其原因在于恶魔夜宿于鼻腔之中，而“鼻腔”指的是整个鼻部。

http://sunnah.global/hadeeth/zh/show/8377