

Instructie (semi) **SCLERALE** **CONTACTLENZEN**



Het **INZETTEN**



Neem de contactlenzen altijd voorzichtig uit de houder zonder ze met de vingernagels aan te raken of ze langs de rand van de houder te schuiven. Dit is om beschadigingen te voorkomen.

Spoel de lenzen nooit met water af voordat u ze op het oog plaatst. U kunt voor het afspoelen en inzetten gebruik maken van een speciale inzetvloeistof.

Vorm met uw duim, uw wijsvinger en uw middelvinger een driehoek en plaats de contactlens - met de bolle kant naar beneden - op deze driehoek. Het werkt vaak het beste als u hiervoor uw schrijfhand gebruikt. Vul uw lens volledig met uw inzetvloeistof. Gebruik liever iets te veel dan te weinig vloeistof. Tijdens het inzetten van de lens vloeit er namelijk wat vloeistof weg.

Als u het lastig vindt de lens op de driehoek van uw vingers te zetten, kunt u de lens ook op de bijgeleverde zuiger plaatsen. Let er op dat als u twee streepjes in de lens kunt zien, de twee streepjes in de lens horizontaal staan.

Tijdens het inzetten wilt u voorkomen dat uw oog dicht knippert. Trek daarom het onderste ooglid iets omlaag. Dit doet u met de ringvinger van de hand waarmee u een driehoek heeft gevormd. Met de wijsvinger van de andere hand moet vervolgens het andere ooglid omhoog worden gehouden. Houd hierbij ook de wimpers vast.

Breng de contactlens langzaam naar het oog toe en richt hierbij op de pupil (het zwarte rondje in uw oog). Houd uw hoofd goed naar voren (kin op de borst), zodat u de contactlens niet hoeft te kantelen. Als de lens kantelt, loopt er vloeistof uit de lens en kan er een luchtbel onder de lens komen. Dat is niet goed. Blijf met het andere oog goed in de spiegel kijken en probeer dit oog tijdens het inzetten niet te sluiten!

Breng uw lens in uw oog en duw de lens zachtjes tegen uw pupil. U zult nu merken dat er wat vloeistof wegloopt. Dat is geen probleem. Dat hoort te gebeuren. Als u de lens goed in uw oog heeft geplaatst, sluit dan uw oog.

Mislukt het inzetten? Spoel de lens dan altijd eerst af en probeer het in alle rust opnieuw. Het afspoelen van de lens vlak voor het inzetten dient u altijd met de speciale inzetvloeistof te doen. Zet de lenzen nooit in met leidingwater en bewaar ze hier ook nooit in.

Belangrijk is te controleren of er zich geen luchtbel heeft gevormd tussen de lens en het oog. Een luchtbel kan hinderlijk zijn voor het zicht of voor het draagcomfort. Als er wel een luchtbelletje zit, dient u de lens weer uit te nemen en opnieuw in te zetten.

Na het inzetten kunt u de houder leeggooien en drogen met een papieren tissue. Laat de houder openstaan zodat hij helemaal kan drogen.

ZIE het verschil
HOOR het verschil
ERVAAR het verschil 50+ jaar



Instructie (semi) **SCLERALE** **CONTACTLENZEN**



Het **UITNEMEN** van uw **(SEMI) SCLERALE LENZEN**



Was vóór het uitnemen eerst weer uw handen en zet alles klaar: houder, vloeistoffen, spiegel, tissues en de speciale zuiger. Bij het uithalen van lenzen is het belangrijk dit boven een tafel met liggende spiegel te doen. Mocht de lens uit het oog vallen, dan kunt u hem direct terugvinden.

Voor het uitnemen van (semi) sclerale contactlenzen kunt u zowel gebruik maken van de speciale zuignap als van een standaard zuignap. In sommige gevallen heeft de standaard zuignap zelfs de voorkeur.

Neem het zuigertje tussen duim en wijsvinger en open de ogen zo ver mogelijk. Plaats het zuigertje vervolgens aan de onderkant van uw contactlens. Mik net onder de pupil. Als u het zuigertje een beetje vochtig maakt met inzetvloeistof, hecht de zuiger zich makkelijker aan de lens.

Haal de lens met een kantelende beweging van uw oog, waarbij u eerst wat lucht toelaat aan de bovenkant of onderkant van de lens. Op deze manier komt de lens makkelijker en eenvoudiger los. (Zet het zuignapje dus niet midden op de lens, want dan kunt u geen kantelende beweging maken. Zet u het zuignapje toch midden op de lens? Dan zult u merken dat de lens heel moeizaam loskomt.)

Om de lens daarna van de zuiger af te halen kunt u het beste een draaiende beweging toepassen - om te voorkomen dat de lens breekt. Gebruikt u de speciale zuignap? Dan moet u de zuignap eerst inknijpen voordat u de lens van het zuigertje af kunt halen.

Vloeistof **VERVERSEN**



Een (semi) sclerale contactlens bedekt een groot deel van het oog waardoor de uitwisseling van traanvocht achter de contactlens minder goed verloopt dan bij een normale contactlens. De lens kan daardoor in de loop van de dag 'droger' worden en beslaan of minder comfortabel aanvoelen. Daarom is het van belang dat u met enige regelmaat de vloeistof achter de lens 'ververst'.

Dat doet u door de lens uit te halen, opnieuw met inzetvloeistof te vullen en weer in te brengen.

Er wordt geadviseerd dit na ongeveer vier uur dragen te doen. Alleen in overleg met uw contactlensspecialist kunt u hiervan afwijken.

De **VLOEISTOFFEN**



Onze ogen zijn bedekt met traanvocht. De traanfilm, waarin de contactlens ligt ingebed, beschermt onze ogen en bevat hiervoor stoffen zoals water met zouten, eiwitten, vetten en slijmstoffen. Deze stoffen kunnen zich vastzetten op de contactlens en daarom is een dagelijkse reiniging belangrijk. Er zijn diverse merken onderhoudssystemen. Afhankelijk van uw ogen en de gebruikte contactlenzen wordt een passend onderhoudsysteem geadviseerd.

Bedenk dat het verzorgingssysteem het verschil kan zijn tussen het veilig en het onveilig dragen van contactlenzen. Verzorg de lenzen na het uitnemen daarom altijd volgens de aanbevolen methode. Volg de instructies altijd nauwkeurig op.

Als de contactlenzen langere tijd niet gedragen worden (bijvoorbeeld reservelenzen) kunnen deze het beste in een droog houdertje bewaard worden, nadat ze eerst zorgvuldig gereinigd zijn. Bewaarvloeistof zal namelijk na verloop van tijd bederven.

Wanneer u de lenzen daarna weer gaat dragen dienen ze eerst weer gereinigd te worden en enkele uren in de bewaarvloeistof te staan voor een optimale bevochtiging.

ZIE het verschil
HOOR het verschil
ERVAAR het verschil 50+ jaar

