

Instructie ZACHTE CONTACTLENZEN



Het INZETTEN



Een zachte contactlens kan in de meeste gevallen direct vanuit de houder worden ingezet, tenzij uitdrukkelijk een aparte inzetvloeistof wordt geadviseerd. Zorg er wel voor dat uw vloeistof voldoende tijd heeft gehad om te neutraliseren als u een op peroxide gebaseerd systeem gebruikt. Lees altijd goed de gebruiksaanwijzing van de vloeistoffen. Spoel zachte lenzen nooit af met (leiding-)water!

Neem de contactlenzen steeds 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 of scheuren te voorkomen.

Leg de vochtige contactlens met de bolle kant op de top van de droge wijsvinger. Het werkt vaak het beste als u hiervoor uw schrijfhand gebruikt. Controleer of de contactlens niet binnenstebuiten is gekeerd. De rand van de lens moet komvormig rechtop staan en niet naar buiten toe vlakker worden.

Om de lens goed in te kunnen zetten, moet de zachte lens echt een kommetje vormen en niet gedeeltelijk aan de vinger geplakt zitten. Indien de lens tijdens het inzetten omklapt, dient u de lens eerst weer met duim en wijsvinger in de komvorm te brengen voordat u het inzetten opnieuw kunt proberen.

Om knippen te voorkomen trekt u vervolgens met de middelvinger van de hand waarmee u de lens inzet, het onderste ooglid iets omlaag. Met de wijsvinger van de andere hand moet vervolgens het andere ooglid omhoog worden gehouden. Houd hierbij ook de wimpers vast.

Breng de wijsvinger met de contactlens langzaam naar het oog toe en richt hierbij op de pupil (het zwarte gedeelte). Blijf met het andere oog goed in de spiegel kijken. Probeer dit oog tijdens het inzetten niet te sluiten!

Blijf strak vooruit kijken en knipper niet totdat de lens echt op het oog ligt. Als u knippert voordat de lens op het oog zit is de kans groot dat de lens van uw vinger valt. Tip: Zet een stip op de spiegel waar u tijdens het inzetten naar blijft kijken.

Als u de lens op het oog heeft gezet, kunt u het beste de wijsvinger een klein beetje bewegen totdat de lens van uw vinger af gaat en op het oog blijft zitten.

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

Als de contactlens op het oog zit, laat dan de oogleden los en knipper voorzichtig een paar keer. In het begin zult u de lens zeker nog wel eens voelen, maar dat went snel en na verloop van tijd vergeet u misschien zelfs dat u de lens in heeft. Is de lens per ongeluk op het oogwit terecht gekomen, laat dan de oogleden voorzichtig los en houd de ogen even gesloten terwijl de ogen in de richting van de lens draaien. De lens schuift daardoor vaak vanzelf op de juiste plaats. Lukt dat niet dan kunt u de lens het beste uitnemen en opnieuw beginnen. De lens kan wel eens onder het ooglid schuiven, maar kan onmogelijk achter het oog raken.

Het beste kunt u de houder na het inzetten leeggoien 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 ZACHTE CONTACTLENZEN



Het **UITNEMEN** van uw **ZACHTE CONTACTLENZEN**



Normaal gesproken doet u de lenzen iedere dag vóór het slapen gaan uit, tenzij u speciale lenzen heeft die ook in de nacht gedragen mogen worden. Doe dit nooit zonder overleg met uw contactlensspecialist. Bij het uitnemen eerst de handen wassen en alles klaarzetten: houder, vloeistoffen, spiegel en tissues.

Bij het uithalen van lenzen is het belangrijk dit boven een tafel met liggende spiegel te doen. Mocht de lens uit het oog vallen kunt u hem direct terug vinden.

Om knippen te voorkomen trekt u weer het bovenste ooglid omhoog en met de middelvinger van uw inzet-

hand het onderste ooglid omlaag.

Zet uw duim en wijsvinger op het onderste gedeelte van de lens, schuif de lens iets opzij of omlaag en "pluk" vervolgens de lens van het oog af (alsof u het velletje van de rug van uw hand probeert te pakken). Voorkom dat de vingernagels de lens of het oog aanraken. Een zachte lens is sterk, maar kan beschadigen of scheuren bij aanraking met een scherp voorwerp of door hem sterk te vouwen.

Als u vooraf een beetje inzetvloeistof in uw oog druppelt komt de lens alvast wat losser te zitten en kunt u de lens eenvoudiger uithalen.

ALLES-IN-ÉÉN-VLOEISTOF (of 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 soorten onderhoudssystemen. Afhankelijk van uw ogen en de gebruikte contactlenzen wordt een onderhoudsysteem geadviseerd dat het meest geschikt is.

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

Als u een alles-in-één-vloeistof gebruikt: druppel na het uitnemen van de lenzen wat vloeistof in de handpalm en leg daar de lens in. Wrijf nu 20 seconden met de wijsvinger of de pink over de lens. Zorg ervoor dat zowel de binnen- als de buitenkant van de lenzen goed gereinigd worden.

Alhoewel sommige alles-in-één-vloeistoffen een "no rub" (niet wrijven) claim op hun verpakking hebben, is de kans op irritatie of ontsteking veel kleiner als de lenzen dagelijks handmatig worden gepoetst.

Vloeistof moet elke dag worden vervangen. Plaats na gebruik de dop altijd meteen weer op de fles om te voorkomen dat de vloeistof bederft en zijn werking verliest.

LET OP:

UW ZACHTE LENZEN MOGEN OP GEEN ENKELE MANIER IN AANRAKING KOMEN MET KRAANWATER, DIT VERGROOT DE KANS OP ERNSTIGE INFECTIES.

Vloeistoffen bevatten actieve bestanddelen die uw contactlenzen schoon en helder houden. Ook zorgen ze voor goede bevochtiging van het lensoppervlak. Gebruik deze vloeistoffen dan ook zorgvuldig volgens de gebruiksaanwijzing en adviezen van de contactlensspecialist. De meeste alles-in-één-vloeistoffen zijn na openen 2 maanden houdbaar. (TIP: Noteer de datum van opening op de zijkant van het flesje!). Soms adviseert uw specialist een aparte reinigingsvloeistof. De meeste reinigingsvloeistoffen zijn te gebruiken tot de uiterste houdbaarheidsdatum die vermeld staat op de verpakking. Zorg ervoor dat u lenzenvloeistof niet langer gebruikt dan aangegeven op de verpakking. Het niet navolgen van de voorschriften verhoogt het risico op een ontsteking aanzienlijk.

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

