



CANTOR+NISSEL

Rigid Contact Lens Instructions for Use



fig.1



fig.2

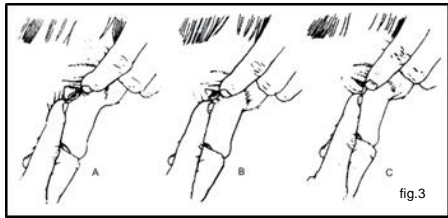


fig.3

Images reproduced by kind permission of Nigel Burnett Hodd, from his book 'Pocket Guide to Contact Lenses' published by Arlington Books, King Street, St James's, London

Lenses should not be worn unless prescribed by a registered optometrist.

CE
0120

[GB]

An important fact to remember with contact lenses is that they are foreign bodies as far as your eyes are concerned. Lens cleanliness and general hygiene are vital.

Always wash your hands before handling your lenses.

These instructions are to be used as a guide in conjunction with any advice given by your optometrist.

Rigid contact lens instructions

Lenses should not be worn unless prescribed by a registered optometrist

The enclosed rigid lens(es) have been supplied to you clean and wet. Please retain them in their sealed mailer or screw top vial until they are required for fitting. If the lens(es) have not been fitted within 28 days, remove them from their packaging; clean and rinse the lens(es) and container and replenish the wetting solution. This procedure should be repeated, dependent upon the life of the solution used.

Removing the lens carefully from its container, place the lens on your index finger, with the inside of the lens looking at you. Steady your hand in front of your face coming from below and use the middle finger to pull the lower lid down and to steady the approach of the index finger. At the same time, use your other hand to pull the top lid up and to inhibit the blink reflex (fig.1). Put the lens gently on the middle of your eye but **DO NOT RELEASE YOUR LIDS**. Now withdraw the finger, release the top lid and then the bottom lid. Blink and the lens should be in place.

Check that the lens has moved onto the centre of the eye by ensuring you can see by covering the eye without the lens with your hand. If the lens does not go in with the first attempt rinse it with wetting solution and repeat the procedure.

Sometimes the lens will displace off the centre of the eye either due to inexperienced insertion or rubbing the eye unwittingly. Re-centring the lens is an easy task even if you do not know where it has gone. If you know where the lens is, look straight into a mirror and turn your whole head away from the side where the lens is lodged whilst still staring into the mirror (fig.2). The lens then becomes more exposed. Now pull the lid back at the point where the lens is lodged and use the lid margin as a pusher to push the lens up onto the cornea. If you do not know where the lens is please seek the advice of your optometrist.

To remove the lens(es) using the two finger method (fig.3), make sure your hands are clean and that your lens case has fresh storage solution in it. Using the forefinger of each hand put one on the middle edge of the top lid and one on the middle edge of the bottom lid. Move the lids apart to free the lens and then press with the fingers to hold the edge of the lid against the eye. Push the lids together so that the lens flips out or just push the top lid down to force the lens to flip out over the bottom lid. If in doubt ask your optometrist to show you how to remove the lens(es).

Once the lens has been removed from the eye, rinse with cleaning solution. Replace the lens into the case containing solution and repeat with the second lens. Your optometrist will advise you on the correct solution to use.

Do's

- Follow carefully the instructions and advice of your Optician concerning cleaning, handling and storage.
- Return for all aftercare visits that your Optician recommends.
- Remove your lens(es) if there is any adverse reaction at all and consult your Optician.
- Handle your lens(es) with care, always washing, rinsing and drying your hands thoroughly first and ensuring any person who may be assisting you does the same.
- Remove your lens(es) before going to sleep, unless otherwise advised by your Optician.

Don't's

- Wear your lens(es) for longer than advised by your Optician.
- Wear your lens(es) when using any eye drops or other eye medication unless advised by your Optician.
- Expose your lens(es) to hairsprays, cosmetics, excessive heat or pressure.
- Wear your lens(es) in the presence of noxious or irritating fumes.

If in doubt, take them out!

[DE]

Es sei daran erinnert, dass Kontaktlinsen von Ihren Augen als Fremdkörper wahrgenommen werden. Kontaktlinsenreinheit und allgemeine Hygiene sind wesentlich.

Vor der Handhabung der Linsen immer gründlich die Hände waschen.

Diese Anweisungen dienen als zusätzlicher Leitfaden zu den Hinweisen und Ratschlägen Ihres Kontaktlinsenanpassers.

Anleitung für formstabile Kontaktlinsen

Nur von einem autorisierten Kontaktlinsenanpasser angepasste Linsen dürfen getragen werden.

Die beiliegende(n) formstabile(n) Kontaktlinse(n) werden sauber und feucht geliefert. Bitte lassen Sie sie in ihrer versiegelten Hülle oder Ampulle mit Schraubverschluss, bis Sie sie einsetzen. Würde(n) die Linse(n) nicht innerhalb von 28 Tagen eingesetzt, entnehmen Sie sie aus der Verpackung, reinigen und spülen Sie Linse(n) und Behälter und füllen Sie die Aufbewahrungslösung neu auf. Dieses Verfahren sollte je nach Haltbarkeit der verwendeten Lösung wiederholt werden.

Entnehmen Sie die Linse vorsichtig aus Ihrem Behälter und legen Sie sie mit der Innenseite nach oben auf den Zeigefinger. Halten Sie Ihre Hand ruhig von unten vor Ihr Gesicht und ziehen Sie das Unterlid mit dem Mittelfinger nach unten, wodurch sie auch den Zeigefinger auf dem Weg zum Auge stabilisieren. Ziehen Sie gleichzeitig mit der anderen Hand das Oberlid nach oben, um den Blinzelreflex zu unterbinden (Abb. 1). Setzen Sie die Linse vorsichtig mittig ins Auge, **OHNE DIE LIDER LOSZULASSEN**. Ziehen Sie dann den Zeigefinger zurück und lassen Sie zuerst das Ober- und dann das Unterlid los. Blinzeln Sie und die Linse sollte sich richtig platzieren.

Prüfen Sie, ob die Linse sich in die Mitte des Auges bewegt hat, indem Sie das andere Auge ohne Linse abdecken und testen, wie gut Sie sehen. Platziert sich die Linse nicht gleich das erste Mal, spülen Sie sie mit der Benetzungslösung und wiederholen Sie den Vorgang.

Manchmal verschiebt sich die Linse von der Mitte des Auges weg, wenn der Träger beim Einsetzen noch unerfahren ist oder versehentlich am Auge reibt. Die Linse lässt sich aber leicht wieder zentrieren, auch wenn Sie nicht gleich sehen, wohin sie sich verschoben hat. Wenn Sie wissen, wo die Linse ist, blicken Sie geradeaus in einen Spiegel und drehen Sie dann Ihren Kopf weg von der Seite, wo die Linse ist, während Sie dabei weiter in den Spiegel starren (Abb. 2). Dadurch taucht die Linse wieder auf. Ziehen Sie dann das Lid zurück in Richtung Linse und schieben Sie diese mit Hilfe des Lidrands wieder zurück auf die Hornhaut. Wenn Sie nicht wissen, wo die Linse ist, suchen Sie bitte einen Kontaktlinsenanpasser auf.

Zum Entfernen der Linse(n) mit der Zwei-Finger-Methode (Abb. 3) müssen Ihre Hände sauber sein und der Linsenbehälter muss mit frischer Aufbewahrungslösung darin bereitstehen. Legen Sie einen Zeigefinger an den mittleren Rand des Oberlids und den anderen an den mittleren Rand des Unterlids. Ziehen Sie die Lider auseinander, um die Linse freizulegen und drücken Sie die Lider leicht ans Auge. Schieben Sie die Lider zusammen, so dass die Linse herausgedrückt wird, oder schieben Sie einfach das Oberlid nach unten, um die Linse über das Unterlid herauszudrücken. Wenn Sie nicht sicher sind, bitten Sie Ihren Kontaktlinsenanpasser, Ihnen zu zeigen, wie Sie die Linse(n) entfernen können.

Wenn Sie die Linse aus dem Auge entfernt haben, spülen Sie sie mit der Reinigungslösung. Legen Sie die Linse wieder in den Aufbewahrungsbehälter mit der Lösung und wiederholen Sie den Vorgang mit der anderen Linse. Ihr Kontaktlinsenanpasser wird Sie bei der Auswahl der richtigen Lösung beraten.

Was Sie tun sollten:

- Befolgen Sie diese Anleitung und die Hinweise Ihres Kontaktlinsenanpassers zur Reinigung, Handhabung und Aufbewahrung genau.
- Kommen Sie zu allen Kontrolluntersuchungen, die Ihr Kontaktlinsenanpasser empfiehlt.
- Entfernen Sie Ihre Linse(n), wenn Sie irgendwelche unerwünschten Reaktionen haben und wenden Sie sich an Ihren Kontaktlinsenanpasser.
- Handhaben Sie Ihre Linse(n) vorsichtig, waschen, spülen und trocknen Sie sich stets zuerst gründlich die Hände und achten Sie darauf, dass die Person, die Ihnen eventuell hilft, dies auch tut.
- Entfernen Sie die Linse(n), bevor Sie schlafen gehen, außer Ihr Kontaktlinsenanpasser rät Ihnen etwas anderes.

Was sie nicht tun sollten:

- Tragen Sie Ihre Linse(n) nicht länger als von Ihrem Kontaktlinsenanpasser empfohlen.
- Tragen Sie Ihre Linse(n) nie, wenn Sie Augentropfen oder andere Augenmedikamente verwenden, es sei denn, Ihr Kontaktlinsenanpasser hat es erlaubt.
- Setzen Sie Ihre Linse(n) nie Haarspray, Kosmetika, übermäßiger Hitze oder Druck aus.
- Tragen Sie Ihre Linse(n) nie an Orten, wo schädliche oder reizende Dämpfe in der Luft sind.
- Verwenden Sie kein Leitungswasser zum Abspülen, zur Reinigung oder Aufbewahrung Ihrer Kontaktlinse(-n).

Im Zweifel nehmen Sie sie einfach heraus!

[FR]

Il est important de rappeler que les lentilles de contact sont pour vos yeux des corps étrangers ; la propreté et l'hygiène en général sont essentielles.

Lavez toujours vos mains avant de manipuler vos lentilles.

Ces instructions doivent être considérées comme un guide conjointement aux conseils fournis par votre optométriste.

Instructions pour les lentilles de contact rigides

Les lentilles ne doivent être portées que si elles ont été prescrites par un optométriste reconnu.

Ces lentilles rigides vous sont fournies propres et humides. Veillez à les conserver dans leur conteneur scellé ou dans leur flacon pourvu de son bouchon jusqu'au moment de leur mise en place. Si la lentille n'a pas été essouffée lors des 28 derniers jours, retirez-la de son emballage, lavez et rincez la lentille et son conteneur et rajoutez de la solution de trempage. Cette étape doit être répétée en fonction de la durée de vie de la solution utilisée.

Retirez délicatement la lentille de son conteneur, placez-la sur votre index, l'intérieur de la lentille tourné vers vous. Remontez votre main et stabilisez-la devant votre visage et utilisez le majeur pour tirer vers le bas la paupière inférieure et pour stabiliser l'approche de l'index. En même temps, utilisez l'autre main pour soulever la paupière supérieure et empêcher le réflexe de clignement (fig. 1). Posez délicatement la lentille au centre de votre œil, mais **NE RELÂCHEZ PAS VOS PAUPIÈRES**. Retirez alors le doigt, relâchez la paupière supérieure puis la paupière inférieure. Clignez de l'œil ; la lentille devrait être en place.

Contrôlez que la lentille est bien positionnée au centre de l'œil en vous assurant que vous voyez bien lorsque vous couvrez l'autre œil de votre main. Si la lentille ne se positionne pas correctement à la première tentative, rincez-la avec de la solution de trempage et répétez la procédure.

Parfois la lentille se déplace du centre de l'œil par manque d'expérience pour la mise en place ou si l'œil est frotté par inadvertance. Il est facile de recentrer la lentille même si vous ne savez pas où elle se trouve. Si vous savez où se trouve la lentille, regardez droit dans le miroir et tournez votre tête du côté opposé à celui où se trouve la lentille en continuant à fixer le miroir (fig. 2). La lentille est alors plus exposée. Tirez maintenant la paupière vers l'endroit où se trouve la lentille et utilisez le bord de la paupière comme poussoir pour déplacer la lentille sur la cornée. Si vous ne savez pas où se trouve la lentille, consultez votre optométriste.

Pour retirer les lentilles utilisant la méthode à deux doigts (fig. 3), assurez-vous que vos mains sont propres et que votre étui de stockage pour les lentilles est rempli de solution de conservation fraîche. Utilisez le pouce et l'index de chaque main, placez l'index au centre du bord de la paupière supérieure et le pouce au centre du bord de la paupière inférieure. Écartez les paupières pour libérer la lentille puis pressez du doigt pour tenir le bord de la paupière en contact avec l'œil. Répéchez les paupières afin de faire basculer la lentille sur la paupière inférieure. Si vous avez des doutes, demandez à votre optométriste de vous montrer comment retirer les lentilles.

Lorsque les lentilles ont été retirées, rincez-les avec une solution de nettoyage. Placez la lentille dans son étui rempli de solution et répétez l'opération pour l'autre lentille. Votre optométriste vous conseillera sur la meilleure solution à utiliser.

À faire :

- Respectez attentivement les instructions et les conseils de votre opticien concernant le nettoyage, la manipulation et le stockage.
- Respectez les visites de contrôles recommandées par votre opticien.
- Retirez vos lentilles en cas de réaction indésirable et consultez votre opticien.
- Manipulez vos lentilles avec soins, lavant, rinçant et séchant toujours soigneusement vos mains auparavant et en vous assurant que la personne qui éventuellement vous aide en fasse de même.
- Retirez vos lentilles avant de vous coucher, sauf avis contraire de votre opticien.

À ne pas faire :

- Porter vos lentilles pour plus longtemps qu'il ne vous a été prescrit par votre opticien.
- Porter vos lentilles lorsque vous utilisez des gouttes ou tout autre médicament oculaire sauf avis contraire de votre opticien.
- Exposer vos lentilles aux laques, produits cosmétiques, chaleur ou pression excessives.
- Porter vos lentilles en présence de vapeurs toxiques ou irritantes.

En cas de doute, retirez-les !

[ES]

Un dato importante a recordar cuando se usen las lentes de contacto es que son cuerpos extraños en la medida que afectan a sus ojos. La limpieza de la lente y la higiene general son de vital importancia.

Lávese siempre las manos antes de manipular sus lentes.

Estas instrucciones se deben usar como una guía conjuntamente con el consejo que le haya dado su optometrista.

Instrucciones de las lentes de contacto rígidas

No se deben usar las lentes a menos que las prescriba un optometrista colegiado.

La(s) lente(s) rígida(s) que se incluyen se le han suministrado limpias y húmedas. Consérvelas en su sobre cerrado o en su vial con tapón de rosca hasta que necesite utilizarlas. Si la(s) lente(s) no se ha(n) utilizado en el plazo de 28 días, retírelas de su envase, límpie y enjuague la(s) lente(s) y el envase y reponga la solución humectante. Este procedimiento debe repetirse independientemente de la vida de la solución utilizada.

Retire la lente con cuidado de su envase, colóquela sobre su dedo índice, con la cara interna de la lente mirando hacia usted. Mantenga su mano frente a su cara acercándose desde abajo y use el dedo medio para tirar hacia abajo el párpado inferior y sostener la aproximación del dedo índice. Al mismo tiempo, utilice su otra mano para empujar el párpado superior e inhibir el reflejo de parpadeo (fig. 1). Coloque la lente suavemente en el centro de su ojo, pero **NO SUELTE SUS PÁRPADOS**. Retire ahora el dedo, suelte el párpado superior y a continuación, el inferior. Parpadee y la lente debe estar en su sitio.

Compruebe que la lente se ha movido al centro del ojo al asegurarse de que puede ver al tapar con su mano el ojo sin la lente. Si la lente no se coloca con el primer intento, enjuáguela con la solución humectante y repita el procedimiento.

Algunas veces, la lente se desplazará del centro del ojo debido a una colocación sin experiencia o al frotarse el ojo sin darse cuenta. Volver a centrar la lente es una tarea sencilla, incluso aunque no sepa a dónde se ha ido. Si sabe dónde está la lente, mire de frente a un espejo y gire la cabeza hacia el lado contrario donde se aloja la lente mientras sigue mirando al espejo (fig. 2). Entonces la lente se expone más. Tire ahora de nuevo del párpado en el punto donde se aloja la lente y use el margen del párpado como empujador para empujar la lente sobre la córnea. Si no sabe dónde está la lente, solicite el consejo de su optometrista.

Para retirar la(s) lente(s) usando el método de los dos dedos (fig. 3), asegúrese de que sus manos estén limpias y de que su estuche portalentes contiene solución de conservación fresca. Con el dedo índice de cada mano, coloque uno en la mitad del borde del párpado superior y uno en el borde medio del párpado inferior. Separe los párpados para liberar la lente y a continuación presione con los dedos para sujetar el borde del párpado contra el ojo. Acerque los párpados de modo que la lente salte hacia fuera o simplemente tire hacia abajo del párpado superior para obligar a que la lente salte hacia afuera sobre el párpado inferior. Si tiene dudas, pida que su optometrista le muestre cómo retirar la(s) lente(s).

Una vez se ha retirado la lente del ojo, enjuáguela con solución limpiadora. Vuelva a colocar la lente dentro del estuche con la solución y repita el proceso con la segunda lente. Su optometrista le aconsejará sobre la solución correcta para usar.

Debe

- Seguir con atención las instrucciones y el consejo de su oculista en referencia a la limpieza, manipulación y conservación.
- Vuelva para todas las visitas de después del tratamiento que le recomiende su oculista.
- Retire su(s) lente(s) si aparece cualquier reacción adversa y consulte con su oculista.
- Manipule su(s) lente(s) con cuidado, lavándose, enjuagándose y secándose bien las manos siempre primero, y asegurándose de que cualquier persona que pueda ayudarle hace lo mismo.
- Retire su(s) lente(s) antes de irse a dormir, a menos que que su oculista le aconseje lo contrario.

No debe

- Llevar su(s) su(s) lente(s) durante más tiempo del que su oculista le aconseje.
- Llevar su(s) su(s) lente(s) usando cualquier colirio u otro medicamento ocular a menos que lo aconseje su oculista.
- Exponer su(s) su(s) lente(s) a lacas para el cabello, cosméticos, calor o presión excesivas.
- Llevar su(s) su(s) lente(s) en presencia de gases nocivos o irritantes.

En caso de duda, ¡quíteselas!

[NL]

Een belangrijk feit om niet te vergeten is dat contactlenzen voor uw ogen indringers zijn. Schone lenzen en een goede hygiëne zijn van essentieel belang.

Was altijd uw handen voordat u uw lenzen aanraakt.

Deze instructies dienen samen met het advies van uw optometrist te worden gebruikt.

Gebruiksaanwijzing harde contactlenzen

Contactlenzen mogen alleen worden gedragen als ze zijn voorgeschreven door een geregistreerde optometrist.

De bijgesloten harde lens/lenzen worden schoon en vochtig afgeleverd. Houd ze in de gesloten verpakking of flacon met schroefdoop totdat u ze indoeft. Als u de lens/lenzen niet binnen 28 dagen hebt gebruikt, haal ze dan uit de verpakking; reinig de lens/lenzen en het doosje en spoel ze af, en vul de lensvoetstof bij. Herhaal deze handeling totdat de gebruikte vloeistof op is of de houdbaarheid ervan is verstreken.

Haal de lens voorzichtig uit het doosje, plaats die op uw wijsvinger met de binnenkant van de lens naar u toe. Beweeg uw hand vanaf beneden naar uw gezicht en trek uw onderste ooglid met uw middelvinger naar beneden terwijl u uw wijsvinger naar uw oog brengt. Trek tegelijkertijd met uw andere hand het bovenste ooglid omhoog om het knipperreflex (afb. 1) tegen te houden. Plaats de lens midden op uw oog, maar **LAAT UW OOGLEDEN NIET LOS**. Trek uw vinger nu terug, laat het bovenste ooglid los en daarna het onderste ooglid. Knipper met uw oog en uw lens zou nu op zijn plaats moeten zitten.

Controleer of de lens zich op uw oog bevindt door uw andere oog (zonder lens) met uw hand te bedekken en te checken of u nog steeds goed kunt zien. Als de lens niet ingaat bij de eerste poging, spoel die dan af met uw lensvloeistof en herhaal de handeling.

Soms verschuift de lens door onervarenheid met het indoen of als u per ongeluk in uw oog wrijft. De lens opnieuw op het oog aanbrengen is gemakkelijk, zelfs als u niet weet waar die zich precies bevindt. Als u weet waar de lens is, kijk dan recht in een spiegel en draai uw hoofd weg van de kant waar de lens zich bevindt terwijl u in de spiegel blijft kijken (afb. 2). Zodoende komt de lens bloot te liggen. Trek het ooglid nu naar beneden op het punt waar de lens ligt en duw de lens met de rand van het ooglid op het hoornvlies. Als u niet weet waar de lens zich bevindt, neem dan contact op met uw optometrist.

Als u de lens/lenzen verwijdert met behulp van de tweevingermethode (afb. 3), zorg er dan voor dat uw handen schoon zijn en dat er verse lensvloeistof in het doosje zit. Leg uw ene wijsvinger op de rand van het bovenste ooglid en de andere op de rand van het onderste ooglid. Trek de oogleden uit elkaar om de lens bloot te leggen en druk de rand van het ooglid dan tegen uw oog. Breng de oogleden naar elkaar zodat de lens eruit wijpt of duw het bovenste ooglid naar beneden om de lens over het onderste ooglid heen te wippen. Vraag uw optometrist bij twijfel u te laten zien hoe u uw lens/lenzen uitdoet.

Reinig de lens na verwijdering uit het oog met lensvloeistof. Doe de lens in het doosje met lensvloeistof en herhaal de handeling eventueel bij de tweede lens. Uw optometrist zal u adviseren welke lensvloeistof u het beste kunt gebruiken.

Wat u moet doen

- De instructies en het advies van uw optometrist over het reinigen, gebruiken en bewaren van uw lenzen zorgvuldig opvolgen.
- Alle vervolgafspraken nakomen die uw optometrist u aanraadt.
- Uw lens/lenzen uitdoen als u last hebt van bijwerkingen en contact opnemen met uw optometrist.
- Zorgvuldig omgaan om met uw lens/lenzen en eerst uw handen grondig wassen, afspoelen en drogen, en ervoor zorgen dat de persoon die u eventueel assisteert hetzelfde doet.
- Uw lens/lenzen uitdoen voordat u naar bed gaat, tenzij uw optometrist u iets anders adviseert.

Wat u niet mag doen

- Uw lens/lenzen langer dragen dan uw optometrist u adviseert.
- Een lens/lenzen dragen als u oogdruppels of andere oogmedicatie gebruikt tenzij uw optometrist u dit adviseert.
- Uw lens/lenzen blootstellen aan haarkl, make-up, extreme hitte of druk.
- Uw lens/lenzen dragen in de aanwezigheid van schadelijke of irriterende dampen.

Doe uw lenzen bij twijfel uit!

[PT]

Um aspecto importante a recordar no que diz respeito a lentes de contacto é que estas são corpos estranhos para os seus olhos. A limpeza e higiene geral das lentes é fundamental.

Lave sempre as mãos antes de manusear as suas lentes.

Estas instruções devem ser utilizadas como um guia juntamente com quaisquer conselhos dados pelo seu optometrista.

Instruções para lentes de contacto rígidas

Não deve utilizar lentes excepto se prescritas por um optometrista certificado

A(s) lente(s) rígida(s) existentes no interior da embalagem são fornecidas limpas e humedecidas. Guarde-as no seu estojo ou frasco com tampa rosçada até ser necessário utilizá-las. Se a(s) lente(s) não tiverem sido utilizadas nos últimos 28 dias, retire-as da embalagem; limpe e lave a(s) lente(es) e o seu estojo e substitua o líquido para as lentes de contacto. Este procedimento deve ser repetido, dependendo do prazo de validade do líquido para lentes de contacto utilizado.

Retire cuidadosamente a lente do estojo, coloque a lente no dedo indicador, com o interior da lente voltado para si. Coloque a mão firmemente à frente do rosto, vinda de baixo e com o dedo médio puxe firmemente a pálpebra inferior para baixo e aproxime o dedo indicador. Ao mesmo tempo, utilize a outra mão para puxar a pálpebra superior para cima de modo a inibir o reflexo de pestanejar (Fig. 1). Coloque a lente suavemente no meio do seu olho, mas **NÃO SOLTE AS PÁLPEBRAS**. Retire o dedo, solte a pálpebra superior e, em seguida, a pálpebra inferior. Pestaneje e a lente deverá estar correctamente colocada.

Verifique se a lente se deslocou para o centro do olho, o que poderá confirmar cobrindo o olho sem lente com a mão e constatando que vê perfeitamente. Se não conseguir colocar a lente à primeira tentativa lave-a com o líquido para lentes de contacto e repita o procedimento.

Por vezes, a lente irá deslocar-se para fora do centro do olho devido a uma introdução inexperiente ou ao facto de se esfregar o olho. Voltar a centrar a lente é uma tarefa fácil, mesmo não sabendo para onde a lente se deslocou. Se souber onde a lente está, olhe directamente para um espelho e vire totalmente a cabeça para o lado oposto onde a lente está, continuando a olhar para o espelho (Fig. 2). A lente ficará mais exposta. Puxe a pálpebra para baixo no local onde a lente se encontra e com o bordo da pálpebra empurre a lente para cima da córnea. Se não souber onde a lente está, procure a ajuda do seu optometrista.

Para retirar a(s) lente(s) utilizando o método dos dois dedos (Fig. 3), certifique-se de que as suas mãos estão limpas e que o estojo de lentes tem líquido para lentes de contacto novo. Utilizando o dedo indicador de cada mão, coloque um no bordo médio da pálpebra superior e outro no bordo médio da pálpebra inferior. Afaste as pálpebras para soltar a lente e, em seguida, pressione com os dedos de modo a manter o bordo da pálpebra contra o olho. Empurre as duas pálpebras em simultâneo de modo a que a lente saia ou empurre apenas a pálpebra superior para baixo para forçar a lente a sair sobre a pálpebra inferior. Se tiver dúvidas peça ao seu optometrista para lhe demonstrar como retirar a(s) lente(s).

Depois de retirar a lente do olho, lave-a com líquido de limpeza. Coloque a lente no estojo contendo o líquido para lentes de contacto e proceda da mesma forma com a outra lente. O seu optometrista irá aconselhá-lo sobre o líquido mais adequado a utilizar.

O que fazer

- Siga cuidadosamente as instruções e os conselhos do seu oftalmologista relativamente à limpeza, manuseamento e armazenamento.
- Compareça a todas as consultas de acompanhamento recomendadas pelo seu oftalmologista.
- Retire a(s) lente(s) caso ocorra qualquer reacção adversa e consulte o seu oftalmologista.
- Manuseie a(s) lente(s) com cuidado, lavando, enxaguando e secando cuidadosamente sempre as mãos primeiro e garantindo que qualquer pessoa que o possa estar a ajudar faz o mesmo.
- Retire a(s) lente(s) antes de dormir, excepto se aconselhado em contrário pelo seu oftalmologista.

O que não fazer

- Utilizar a(s) lente(s) durante mais tempo do que o recomendado pelo seu oftalmologista.
- Utilizar a(s) lente(s) quando estiver a utilizar colírios ou outros medicamentos oculares, excepto se aconselhado pelo seu oftalmologista.
- Expor a(s) lente(s) a lacas, cosméticos, calor ou pressão excessiva.
- Utilizar a(s) lente(s) na presença de vapores nocivos ou irritantes.

Em caso de dúvida, tire-as!

[IT]

E' importante ricordare che le lenti a contatto sono dei corpi estranei per i nostri occhi, quindi igiene generale e pulizia delle lenti sono di vitale importanza.

Lavare sempre le mani prima di toccare le lenti.

Seguire queste istruzioni come linee di guida insieme ai consigli dell'optometrista.

Istruzioni per lenti a contatto Rigide

Le lenti non dovrebbero essere indossate a meno che prescritte da un optometrista registrato

Le lenti rigide sono inviate pulite e bagnate. Si prega di conservarle nel loro apposito contenitore portalenti o nel loro flacone fino al prossimo uso. Se entro 28 giorni le lenti non sono usate, rimuoverle dal portalenti, pulirle e sciacquarle, pulire il contenitore e riempirlo con soluzione bagnante. Questa procedura dovrebbe essere ripetuta non oltre la data di scadenza dell'apposita soluzione.

Rimuovere la lente attentamente dal contenitore, disporre la lente sulla punta dell'indice, con la parte concava verso di voi. Con il dito medio della stessa mano abbassate la palpebra inferiore dell'occhio. Usate l'altra mano per alzare la palpebra superiore dell'occhio ed evitare il riflesso corneale (fig.1). Applicare la lente gentilmente al centro dell'occhio ma **NON LASCIARE LE PÁLPEBRE**. Adesso lasciare la palpebra superiore e poi la palpebra inferiore. Ammicciare e la lente dovrebbe essere ben centrata.

Coprire l'occhio senza lente con la mano per controllare che la lente sia al centro dell'occhio e che la visione sia chiara. Se la lente non è inserita correttamente la prima volta sciacquarla con la soluzione bagnante e ripetere la procedura.

A volte, sia a causa di inesperienza o per l'involontario sfregamento dell'occhio, la lente è inserita fuori dal centro dell'occhio. Ricentrare la lente è facile anche se non si sa dove sia finita. Se si sa dove sia la lente, guardate in uno specchio e girate lo sguardo dalla parte opposta alla lente (fig.2). La lente potrà essere individuata. Adesso alzate la palpebra al punto della lente e con una leggera pressione della palpebra spingete e metteste la lente nella corretta posizione sulla cornea. Se non sapete dove sia la lente si prega di consultare il vostro optometrista.

Per rimuovere le lenti usare il metodo due dita (fig.3), assicurarsi che le mani siano pulite e che il flacone sia riempito con l'apposita soluzione fresca. Porre la punta dell' indice sulla parte centrale della palpebra superiore e l'altro indice sulla parte centrale della palpebra inferiore. Spalancate le palpebre in modo che la lente non sia a contatto con le palpebre e poi premere le palpebre sull'angolo esterno. Tirate le palpebre assieme verso l'esterno in modo da provocare l'espulsione della lente o tirare e abbassare la palpebra superiore per forzare l'espulsione della lente sulla palpebra inferiore. In caso di incertezza chiedere al vostro optometrista come rimuovere le lenti.

Una volta rimossa la lente, sciacquare la lente con soluzione di pulizia . Riporre la lente nel suo contenitore con soluzione e ripetere con la seconda lente. Il vostro optometrista vi consiglierà la soluzione corretta da usare.

Indicazioni

- Seguire attentamente le istruzioni e il consiglio dell'Optico per quanto riguarda la pulizia, la cura e manutenzione.
- Ritornare per una visita di controllo presso il vostro Optometrista.
- Rimuovere le lenti in caso di reazione avversa e consultare l'Optico.
- Prendersi cura delle lenti, lavarsi, sciacquarsi e asciugarsi sempre le mani prima e assicurarsi che ogni persona che vi assista segua la stessa procedura.
- Rimuovere le lenti prima di andare a dormire, a meno che non vi sia stato consigliato dal vostro Optico.

Controindicazioni

- Indossare le lenti per un periodo più lungo di quello consigliato dall'Optico.
- Indossare le lenti durante l'uso di collirio o qualsiasi altro trattamento a meno che consigliato dall'Optico.
- Esporre le lenti a lacche per capelli, cosmetici, calore eccessivo o pressione.
- Indossare le lenti in presenza di vapori nocivi o irritanti

Se non siete sicuro rimuovetele!