

## Gebrauchsanleitung

## Weiche Kontaktlinsen

### Handhabung von Kontaktlinsen

Zum Auf- und Absetzen gibt es verschiedene Techniken, die je nach Kontaktlinsentyp und persönlicher Eignung gut funktionieren. Wir werden Sie ausführlich über die für Sie beste Technik beraten und Ihnen die Handhabung der Kontaktlinsen zeigen. Sie können auch gerne unser Video dazu auf [www.youtube.com](http://www.youtube.com) unter "Optik Jäkel Handhabung Weiche Kontaktlinse" ansehen:



#### Aufsetzen

Legen Sie die Kontaktlinse auf die Fingerkuppe des Fingers und prüfen Sie ob die Kontaktlinse richtig liegt. Wenn der äußere Rand nach außen gewölbt ist, ähnlich einem Suppenteller, so ist die Linse umgestülpt.



Linse umgestülpt:

Eine Möglichkeit, die richtige Wölbung zu beurteilen, ist das vorsichtige Zusammen-drücken der Linsenränder.



Ziehen Sie das untere und obere Augenlid mit den Mittelfingern am Wimpernansatz nach oben und unten. Mit dem Zeigefinger die Linse sanft auf die Augenoberfläche drücken. Lassen Sie die Augenlider los und schließen Sie das Auge langsam. Dadurch wird die Linse automatisch zentriert. Kontrollieren Sie dann, ob die Linse richtig am Auge positioniert ist.



#### Absetzen

Öffnen Sie das Auge und schauen Sie nach oben. Ziehen Sie das untere Augenlid nach unten und schieben Sie die Linse nach unten. Drücken Sie nun die Linse mit dem Zeigefinger und Daumen vorsichtig zusammen und nehmen Sie diese vom Auge.



### Reinigung und Aufbewahrung von Kontaktlinsen

- Waschen Sie vor jedem Auf- oder Absetzen der Kontaktlinsen immer gründlich Ihre Hände mit Seife.
- Verwenden Sie zur Reinigung immer die von uns empfohlenen Pflegemittel, da diese optimal auf Ihre Kontaktlinsen abgestimmt sind.
- Reinigen Sie Ihre Kontaktlinsen unmittelbar nach dem Absetzen. Schmutz und Bestandteile des Tränenfilms können sich sonst auf der Linsenoberfläche festsetzen und sind später nur noch schwer lösbar.
- Verwenden Sie zur täglichen Oberflächenreinigung den Linsenreiniger (=Cleaner). Geben Sie dabei 1-2 Tropfen auf die Innenseite der Linsen und reiben Sie diese ca. 10 Sekunden ohne großen Druck mit der Fingerspitze in der Handfläche der anderen Hand. Der Reiniger löst den Fettfilm und beseitigt Kosmetikrückstände von den Linsen.
- Spülen Sie anschließend die Kontaktlinse mit Kochsalzlösung, Universallösung oder Peroxydlösung ab, damit die durch die Reinigung gelösten Partikel entfernt werden. Reste des Reinigers dürfen auf keinen Fall ins Auge gelangen.
- Zur Aufbewahrung legen Sie anschließend die Kontaktlinsen in den Behälter und füllen Sie die Aufbewahrungsflüssigkeit (Universallösung oder Peroxydlösung) ein. Wechseln Sie diese Lösung immer, wenn Sie die Linsen verwendet haben.
- Nach dem Linsenaufsetzen entfernen Sie die alte Flüssigkeit aus dem Behälter. Lassen Sie diesen anschließend offen an der Luft austrocknen. Sie sollten regelmäßig Ihren Kontaktlinsenbehälter ersetzen. Zur Aufbewahrung Ihrer Kontaktlinsen darf kein Leitungswasser verwendet werden! Der darin enthaltene Kalk und Bakterien können Ihre Kontaktlinse zerstören und eine Augenentzündung verursachen.

### Hinweise

- Eine feste Reihenfolge beim Auf- und Absetzen hilft dabei die Kontaktlinsen nicht zu vertauschen.
- Auf keinen Fall dürfen Sie mit Kontaktlinsen schlafen. Hier wird Ihr Auge nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt.
- Vermeiden Sie, dass beim Wassersport stark gechlortes oder salzhaltiges Wasser an Ihre Augen gelangt. Verwenden Sie hierbei eine Schwimmbrille, reinigen Sie nach dem Schwimmbadbesuch die Kontaktlinsen oder verwenden Sie Eintageskontaktlinsen.
- Kontaktlinsen bieten leider keinen ausreichenden Sonnenschutz, hier empfehlen wir zusätzlich eine Sonnenbrille.
- Beim Arbeiten am Computer oder in klimatisierten Räumen, kann das Abtrocknen der Kontaktlinsenoberfläche ein Trockenheitsgefühl verursachen. Abhilfe schaffen dann Nachbenetzungstropfen zur Befeuchtung und Augenregeneration.
- Überprüfen Sie Ihre Kontaktlinsen vor dem Einsetzen. Beschädigte Kontaktlinsen auf keinen Fall verwenden! Sie sollten die Kontaktlinsen nicht tragen, bei Entzündungen, Allergien und Infektionen des Auges oder bei einem schlechten allgemeinen Gesundheitszustand z. B. während einer schweren Erkältung oder einer Grippe.
- Setzen Sie Ihre Kontaktlinsen auf, bevor Sie Make-up auftragen und nehmen Sie die Linsen ab, bevor Sie Ihr Make-up wieder entfernen.