

هنيئاً لك على استلام عدساتك اللاصقة الجديدة. لقد تمّ تصنيع هذه العدسات على معدات فائقة الدقة كي تحصل على تصحيح نظرك على نحوٍ ممتاز وراحة عند الاستعمال. سيمكّنك هذا الدليل من الاستفادة من عدساتك اللاصقة إلى أقصى حدّ ويُساعدك على أن تبقىها في حالة جيّدة.

إرشادات الاستعمال

ينبغي أن تغسل يديك بتأنٍ بصابونٍ خالٍ من دهن الصوف (لانولين) أو بمادة مُنظّفة مُناسبة. وأنّ تقوم بشطفها جيداً لإزالة أية آثار من كريم الديدن، أو الغبار، أو الزغبر، أو الأوساخ المتبقية على أصابعك، بما أنّه من الممكن أن ينتهي بها الأمر تحت العدسة، فتتسبب لك بالإزعاج. وحاول أن تضع عدساتك فوق سطح مُغطّى ومستوٍ بما أنّك قد تفقدها في حال وقعت من بين أصابعك. إن قُمت بوضع عدساتك فوق مغسلة الحمام، تأكد دوماً من أن تكون السدادة في مكانها. ولتُصبح هذه العملية إجراءً روتينياً. قُم دائماً بوضع نفس العدسة ونزعها أولاً كي لا تخط ما بين عدسة اليمين واليسار.

وضع العدسة

- أخرج العدسة من علبة الحفظ. ضغّ الجبهة المُقعرة منها على طرف الأصبع السُبابية من اليد الغالبة لديك. أضِف نقطتين من سائل الترطيب والنقع أو من سائل التكيف، أو أي سائل آخر نصحك به أخصائي الأدوات البصرية.
- ضغّ الأصبع الوسطى من اليد الغالبة لديك على وسط جفن عينك الأسفل (رسم 1).
- أحكّم الإمساك برموشك وجفّنك الأعلى بإصبعي يدك الأخرى الأوليين.
- تابع النظر إلى العدسة وقُم بتوجيهها ببطء نحو عينك، واضعاً إياها بلطفٍ على وسط العين.
- أنظر إلى الأسفل، ومن ثمّ اترك جفّنك الأسفل ومن بعده الجفن الأعلى. أستمِر بالنظر إلى الأسفل لعدّة من الثواني كي تفسح المجال للعدسة في أن تتركّز في مكانها.



تثبيت العدسة في الوسط

بإمكانك تثبيت العدسة في وسط العين بسهولة قصوى في حال وضعتها على القسم الأبيض من العين (صلبة العين). حدّد مكان العدسة. أغمض عينيك وادفع العدسة بنعومة عبر الجفن كي تثبت على القرنية.

نزع العدسات



- انظر إما مباشرة نحو الأمام أو مباشرة نحو الأسفل، تبعاً لإرشادات أخصائي البصر.
- افتح عينيك على نحوٍ واسع قدر المُستطاع، متأكداً من أن تكون حافة الجفن العلوي في موقعٍ فوق العدسة.
- ضغّ إصبعاً بشكلٍ أفقي على الطرف الخارجي للجفن وشُدّه برفقٍ ولكن في الوقت عينه بصلابة. (الرسم 2).
- قُم بفتح عينيك وإغماضهما بسرعة. فمن المُفترض أن تقع العدسة خارج العين بسهولةٍ على المكان الذي تمّت تغطيته بمنشفة أو في يدك.

استعمال العدسات

ينبغي أن تضع عدساتك اللاصقة كل يوم بُغية زيادة فترة الوضع في العينين شيئاً فشيئاً. احرص على الذهاب إلى المواعيد الخاصة بالعناية ما بعد الشراء جميعها. لا تضع عدساتك لمدة تفوق تلك التي حددها أخصائي النظر لك. وبالرغم من أنك قد لا تشعر بانزعاج وقد تشعر "بالارتياح" عند وضع العدسات، فإن مفعول الإفراط في وضع العدسات يظهر لاحقاً. إن لم تقم بوضع العدسات اللاصقة لفترة طويلة، سيصبح من الضروري وضعها مُجدداً لفترات طويلة بُغية زيادة مدة وضعها شيئاً فشيئاً.

التعود على عدساتك اللاصقة

من الممكن أن تتعرض لعددٍ من العوارض في خلال فترة التكيف على العدسات، وهي:

1. الحساسية على الضوء
 2. دموع كثيفة ومفرطة
 3. الإفراط في فتح العينين وإغلاقهما بسرعة
 4. الشعور بعدم الراحة عند القراءة أو عند التواجد في أماكن ناشئة الجو.
- ومن المفترض أن تتخفف هذه العوارض شيئاً فشيئاً في حين تتأقلم مع وضع العدسات اللاصقة.

العناية بالعدسات

في خلال فترة النهار، تُشكل البروتينات والبقايا الناتجة عن غشاء الدموع رواسب على العدسات اللاصقة، مما يؤدي إلى حاجة إزالتها وتنظيفها. وسيقوم أخصائي النظر بأداء النصح حول السائل المُنظف المناسب الذي عليك استعماله. وعندما لا تستعمل عدساتك اللاصقة، ينبغي أن تضعها دائماً في علبتها وأن تملئ هذه الأخيرة بمحلول حفظٍ مناسبٍ تبعاً للتوصيات التي أعطاك إياها أخصائي النظر. ويقوم هذا المحلول بتعقيم وتطهير العدسات، كما يقوم بحمايتها من العدوى بالجراثيم والبكتيريا، مما يُدني نسبة خطر التعرض للعدوى. ولمحلول النقع أيضاً تأثيراً على مستوى الترطيب والتكيف، مما يؤدي إلى تغطية العدسة اللاصقة بطبقة رقيقة (غشاء) من الرطوبة، والذي يوفر بدوره طبقة حماية ما بين العدسة وقرنية العين، وما بين العدسة والجفن. ويؤمن هذا الأمر راحة أكبر عند وضع العدسة في العين وفي خلال النهار، في حين يُساعد في الوقت عينه على تخفيض نسبة تراكم الرواسب على سطح العدسة والعين. وتعتمد العدسات اللاصقة الصلبة على عملية حفظها في حالة رطوبة دائمة، وذلك للحصول على راحة قصوى عند وضعها. في حال تعرضت العدسات سهواً ومن غير قصدٍ إلى أن تتجفف، فمُ بتطيفها بواسطة محلول خاص بتنظيف العدسات واغمرها بكمية وافرة من محلول التكيف أو من محلول الترطيب والنقع. نرجو أن تقوم بقراءة الإرشادات المرفقة مع المحلول وإتباعها. فمُ دوماً باستخدام كميات جديدة من المحلول. لا تُخفف من سيولة المحلول بواسطة الماء بما أن من شأن هذا الأمر أن يُخفف من فعاليتها. اتبع دائماً النظام الذي أوصاك به أخصائي النظر وهو الذي سيقترح عليك استعمال أفضل محلول مناسبٍ لنوع العدسات اللاصقة التي تضعها.

ما ينبغي القيام به وعدم القيام به

- نعم.** فمُ دائماً بوضع العدسات اللاصقة وبنزعها بلطفٍ ونعومة.
- نعم.** أبقِ عدساتك اللاصقة بعيداً عن متناول الأطفال.
- نعم.** فمُ باستبدال عدساتك اللاصقة في حال تعرضت للأذى أو للخدوش.
- نعم.** اتبع إرشادات أخصائي النظر الخاص بك ونصائحه بشأن يدقة، في ما يتعلق بتنظيف العدسات وتناولها وحفظها.

نعم. احرص على الذهاب إلى جميع مواعيد الزيارات الخاصة بالعناية بالعدسات ما بعد الشراء والتي يُحددها أخصائي النظر لك.

نعم. فَمُ بنزع العدسات في حال تعرّضت لأعراضٍ جانبيةٍ واستشير أخصائي النظر في حال استمرار إحدى تلك العوارض.

نعم. فَمُ بغسل يديك قبل وضع العدسات اللاصقة في عينيك. وبُغية تفادي التصاق أية ألياف وأنسجة بالغة الصغر على سطح العدسات، فَمُ بهز يديك وبتجفيفها بواسطة منشفة خالية من الأنسجة قبل تناولها بين أصابعك.

نعم. أبقى على علبة حفظ العدسات نظيفة واستبدلها غالباً وتكراراً.

لا. لا تقم باستخدام مُنتجات التنظيف المُخصصة للاستخدام المنزلي عند قيامك بتعقيم وتطهير عدساتك اللاصقة (فمن الممكن أن تُسبب تلك لعينيك بضرر كبير وأذى جسيم).

لا. لا تستعمل اللعاب (الريق) لترطيب عدساتك، فمن غير الصحيح أن البكتيريا الموجودة في جسمك هي سليمة ولا تحمل ضرراً.

لا. لا تضع كحل التبرج داخل العين على القسم الداخلي من الجفون ولا تستعمل أي نوع من أنواع قطرات العيون أو أية أدوية خاصة بالعيون من دون القيام باستشارة أخصائي النظر أولاً.

لا. لا تدع بخاخ مُثبّت الشعر أو أي بخاخ للهواء المضغوط الخاص بأدوات التجميل يقترب من عدساتك اللاصقة.

لا. لا تضع عدساتك لمدة أطول من تلك التي أوصاك بها أخصائي النظر وقم بنزع العدسات دائماً قبل الخلود إلى النوم، إلا في حال نصحك أخصائي النظر عكس ذلك.

لا. لا تضع عدساتك اللاصقة في عينيك في حال وجود دخان ضار بالصحة أو مؤذٍ للعينين.

للتذكير

من الضروري أن تخضع لفحص عيون بانتظام.

في حال انحسرت الغبار أو الرواسب تحت العدسة، مؤديةً بذلك إلى إفراز كثيفٍ للدموع وإلى تهيج العينين، يجب أن تقوم بنزع العدسة على الفور. وقم بعدها بغسلها بواسطة المحلول المناسب وأعد وضع العدسة في العين. وفي حال استمر أمر تعرضك لبعض العوارض غير المألوفة، فَمُ بنزع العدسات واستشير أخصائي النظر.

تذكر: إن ساورتك أية شكوك، فَمُ بنزع عدساتك اللاصقة واستشير أخصائي النظر.

دايفيد طوماس

"عيونٌ شاحصة على الامتياز"

دايفيد طوماس للعدسات اللاصقة - شركة محدودة المسؤولية

نورثامبتون، NN3 8RJ، المملكة المتحدة

الموقع الإلكتروني: www.davidthomas.com CE 0120