

LATVIAN**CIETĀS KONTAKTLĒČAS**

Šīs ir instrukcijas drošai cieto lēcu valkāšanai.

Apsveicam ar jauno lēcu saņemšanu. Šīs lēcas izgatavotas ar augstas precizitātes iekārtu, lai nodrošinātu jums teicamu redzes korekciju un komfortablu valkāšanu. Šīs instrukcijas ļaus jums gūt maksimālas priekšrocības, valkājot lēcas, un palīdzēs tās uzturēt labā stāvoklī.

INSTRUKcijas lietošanai

Rokas ir rūpīgi jānomazgā ar lanolīnu nesaturošām ziepēm vai arī piemērotu mazgāšanas līdzekli. Kārtīgi noskalojiet rokas, lai uz pirkstiem nepaliktu nekādas krēmu, putekļu, netīrumu vai pūku paliekas, jo tās var nokļūt zem lēcas un izraisīt diskomfortu. Mēģiniet rīkoties ar lēcām virs plakanas, nosegtas virsmas, jo tad būs mazāka iespēja, ka lēca varētu pazust, ja tā nokrīt no pirkstiem.

Ja jūs ieliekat lēcas virs vannas istabas izlietnes, vienmēr pārliecinieties, ka aizbāznis ir vietā. Pierodiet pie noteiktas kārtības.

Vienmēr vispirms ielieciet un izņemiet vienu un to pašu lēcu, lai nesajauktu labo un kreiso lēcu.

lēcu ielikšana

Izņemiet lēcu no glabāšanas trauciņa. Uzlieciet to uz savas vadošās rokas rādītājpirksta ar ieliekto pusi uz augšu. Uz lēcas uzpildiniet divus pilienus “Wetting and Soaking” (mitrināšanas un iemērkšanas) vai “Conditioning” (kondicionēšanas) šķidruma, vai arī izmantojiet kādu citu optiķa ieteikto šķidrumu.

- Novietojiet otro vadošās rokas pirkstu apakšējā plakstiņa vidū (1. zīm.).
- Ar otras rokas pirmajiem diviem pirkstiem stingri pieturiet augšējās skropstas un plakstiņu.
- Visu laiku skatieties uz lēcu un lēnām tuviniet to acij, uzmanīgi ievietojot to acs vidū.
- Skatieties uz leju un tad uzmanīgi atlaidiet vispirms apakšējo, pēc tam – augšējo plakstiņu. Pāris sekundes turpiniet skatīties uz leju, lai lēca pareizi iegultos.

***Lēcu CENTRēšana***

- Lēcu var viegli iecentrēt, ja tā nokļuvusi uz acs baltuma. Atrodiet lēcu. Aizveriet aci un ar vieglām masāžas kustībām caur plakstiņu uzbīdīet lēcu uz radzenes.

Lēcu izņemšana

- Skatieties tieši uz priekšu vai tieši uz leju – saskaņā ar optiķa instrukcijām.
- Atveriet acis pēc iespējas platāk; pārliecinieties, ka augšējais plakstiņš ir virs lēcas.
- Uzlieciet pirkstu horizontāli uz plakstiņa ārējā kaktiņa un uzmanīgi, bet stingri pavelciet (2. zīm.).
- Pamirkšķiniet. Lēcai bez grūtībām jāizkrīt no acs uz darba virsmas, kas pārklāta ar dvieli, vai uz rokas.

***Lēcu valkāšana***

Lēcas jāvalkā katru dienu, lai varētu palielināt valkāšanas ilgumu. Noteikti apmeklējiet visas pārbaudes. Nekādā gadījumā nevalkājiet lēcas ilgāk, nekā optiķis to iesaka. Kaut arī lēcas varat “justies” ērti, pārāk ilgas valkāšanas sekas var parādīties vēlāk.

Ja ilgāku laiku nevalkājat lēcas, tad atkal būs nepieciešams pakāpeniski palielināt valkāšanas ilgumu.

PIERAŠANA PIE LĒCĀM

Adaptācijas periodā jums var būt šādi simptomi:

1. Jūtīgums pret gaismu. 2. Asarošana. 3. Bieža mirkšķināšana. 4. Diskomforts lasot vai sausā gaisā.

Šiem simptomiem jāsamazinās, pierodot pie kontaktlēcu valkāšanas.

Lēcu KOPšana

Dienas laikā asaru plēvītes proteīni un atlikumi veido nogulsnes uz kontaktlēcām, kuras nepieciešams notīrīt – optiķis jums ieteiks tam piemērotu tīrīšanas līdzekli.

Kad lēcas nelieto, tās vienmēr jāglabā tām paredzētajā trauciņā piemērotā optiķa ieteiktā glabāšanas šķīdumā. Šis šķīdums dezinficē lēcas un pasargā tās no piesārņojuma ar mikrobiem, līdz ar to mazinot infekcijas risku. Iemērkšanas šķīdumam ir arī mitrinoša un kondicionējoša iedarbība, jo tas izveido mitruma plēvīti uz katras lēcas, kas darbojas kā aizsargslānis starp lēcu un radzeni, kā arī starp lēcu un plakstiņu. Tas atvieglo lēcu ielikšanu, kā arī to valkāšanu visas dienas garumā, vienlaikus palīdzot samazināt nogulšņu uzkrāšanos uz lēcu virsmas.

Lai nodrošinātu maksimālo komfortu, cietās kontaktlēcas ir pastāvīgi jāglabā slapjā stāvoklī. Ja lēcas netīšām izžūst, tās jānotīra ar tīrīšanas šķīdumu un jāievieto "Wetting and Soaking Solution" (mitrināšanas un iemērkšanas) šķīdumā.

Lūdzu, izlasiet un ievērojiet instrukcijas, kuras saņēmat kopā ar attiecīgajiem šķīdumiem.

Vienmēr lietojiet svaigus šķīdumus. Neatšķaidiet tos, jo tas mazinās to efektivitāti.

Vienmēr ievērojiet kārtību, kuru iesaka optiķis, kurš arī varēs ieteikt vislabāko šķīdumu jūsu lēcu veidam.

KO drīkst un ko nedrīkst darīt

Vienmēr. Vienmēr ielieciet un izņemiet lēcas uzmanīgi.

Vienmēr. Glabājiet lēcas bērniem nepieejamā vietā.

Vienmēr. Nomainiet lēcas, ja tām ir bojājumi vai skrāpējumi.

Vienmēr. Rūpīgi ievērojiet optiķa sniegtās instrukcijas un ieteikumus par to, kā tīrīt lēcas, kā ar tām pareizi apieties un glabāt.

Vienmēr. Noteikti apmeklējiet visas optiķa ieteiktās pārbaudes pēc lēcu saņemšanas.

Vienmēr. Izņemiet lēcas, ja jums rodas jebkādas negatīvas reakcijas, un konsultējieties ar optiķi, ja šāda reakcija atkārtojas.

Vienmēr. Mazgājiet rokas pirms lēcu ielikšanas. Lai novērstu sīku šķiedriņu (plūksnu) nokļūšanu uz lēcu virsmas, nopuriniet rokas un nosusiniet tās ar neplūksnājošu dvieli, pirms ķerties pie lēcām.

Vienmēr. Turiet savu lēcu trauciņu tīru un mainiet to bieži.

Nekad. Nekad nelietojiet mājāsaimniecības līdzekļus lēcu dezinficēšanai (tie **var** nodarīt nopietnu kaitējumu jūsu acīm).

Nekad. Nelietojiet siekalas, lai samitrinātu lēcas, jo tas, ka savas baktērijas būtu nekaitīgas, nav taisnība.

Nekad. Nekrāsojiet ar acu zīmuli plakstiņu iekšpusi, kā arī nelietojiet jebkāda veida acu pilienus vai citus acu medikamentus, iepriekš nekonsultējoties ar optiķi.

Nekad. Nepieļaujiet jebkādu kontaktu starp lēcām un matu laku vai citiem kosmētiskiem aerosoliem.

Nekad. Nevalkā jiet lēcas ilgāk nekā ieteikts un vienmēr izņemiet lēcas pirms gulētiešanas, ja vien optiķis nenorāda citādi.

Nekad. Nevalkā jiet lēcas, ja gaisā ir veselībai kaitīgi vai kairinoši garaiņi.

ATGĀDINĀJUMS

Ir ļoti svarīgi regulāri pārbaudīt acis.

Ja zem lēcām nokļūst putekļi vai netīrumi, kā rezultātā sākas asarošana vai rodas kairinājums, nekavējoties izņemiet lēcas. Notīriet tās ar piemērotu šķīdumu un atkal ielieciet lēcas acīs. Ja neparasti simptomi nepāriet, izņemiet lēcas un konsultējieties ar savu optiķi.

ATCERĪTIES: JA JUMS rodas ŠAUBAS, IZŅĒMIET KONTAKTLĒCAS UN KONSULTĒJIETIES AR SAVU OPTIĶI



DT-Multi-lingual-01 Ver 09 (Jan 2016)

CE mark Certified since 8 Jan 1996

Sheet 01

Menicon Limited

Gatelodge Close, Round Spinney, Northampton. NN3 8RJ.

Tel: +44 (0)1604 646216 Fax: +44 (0)1604 790366

E-Mail: enquiries@MeniconUK.co.uk

or orders@MeniconUK.co.uk

Website: www.MeniconUK.co.uk

