

Príručka pre bezproblémové nosenie kontaktných šošoviek.

Blahoželáme Vám k novým šošovkám. Tieto šošovky sú vyrobené zariadením s vysokou presnosťou, aby Vám zabezpečili vynikajúcu korekciu zraku a pohodlné nosenie. Táto príručka Vám umožní šošovky čo najlepšie využiť a pomôže Vám udržiavať ich v dobrom stave.

NÁVOD NA POUŽITIE

Starostlivo a dôkladne si umyte ruky mydlom bez lanolínu alebo iným vhodným čistiacim prostriedkom. Dôkladne si ich opláchnite, aby ste odstránili všetky stopy krému na ruky, prachu, špiny alebo páperia na prstoch, keďže by mohli skončiť pod šošovkou a spôsobiť pocit nepohodlia. Snažte sa pracovať nad rovným prikrytým povrchom, kde je menšia pravdepodobnosť, že sa šošovka stratí, ak Vám vypadne z prstov. Ak si šošovky zavádzate nad umývadlom v kúpeľni, dajte pozor, aby bolo uzavreté zátkou. Vytvorte si svoj vlastný jednoduchý zaužívaný postup.

Ako prvú vždy zavádzajte a vyberajte tú istú šošovku, aby sa Vám pravá a ľavá šošovka nepletla.

ZAVÁDZANIE ŠOŠOVKY

Vyberte šošovku z obalu. Položte si ju na špičku ukazováka dominantnej ruky končatinou stranou nahor. Pridajte dve kvapky roztoku na zvlhčovanie a namáčanie alebo ošetrovanie šošoviek, alebo iný roztok, ktorý Vám optik na šošovky odporučí.

- Položte prostredník dominantnej ruky do stredu spodného viečka (obr. 1).
- Ukazovákom a prostredníkom druhej ruky pevne uchopíte riasy na hornom viečku spolu so samotným viečkom.
- Pozerajte sa na šošovku, pomaly ju priblížte k oku a jemne ju umiestnite do stredu oka.
- Pozrite sa dole, potom opatrne pustite spodné viečko a po ňom aj horné. Ešte niekoľko sekúnd sa pozerajte dole, aby sa mohla šošovka usadiť.



CENTRÁCIA ŠOŠOVKY

- Šošovka sa dá ľahko centrovať, keď je na bielu oka. Lokalizujte šošovku. Zavrite oko a cez viečko jemne masírujte šošovku na rohovke.

VYBERANIE ŠOŠOVKY

- Pozerajte sa rovno pred seba alebo rovno dole, podľa pokynov optika.
- Otvorte oči čo najviac, tak, aby bolo horné viečko nad šošovkou.
- Položte prst vodorovne na vonkajší kútik viečka, a jemne ale pevne ho potiahnite (obr. 2).
- Zažmurkajte. Šošovka by mala ľahko vypadnúť na uterákom prikrytú pracovnú plochu alebo do ruky.



NOSENIE ŠOŠOVIEK

Šošovky by ste mali nosiť každý deň, aby ste si postupne budovali čas nosenia. Navštevujte všetky kontroly. Nikdy nemajte šošovky zavedené dlhšie, ako Vám odporučí optik. Aj keď sa Vám môže zdať, že sa so šošovkami cítite pohodlne, účinky pridlhého nosenia sa môžu prejaviť neskôr.

Ak po dlhšiu dobu nebudete nosiť šošovky, budete si musieť znovu postupne vybudovať čas nosenia.

KÝM SI ZVYKÁTE NA KONTAKTNÉ ŠOŠOVKY

Počas obdobia adaptácie sa môžu objaviť určité symptómy:

1. Citlivosť na svetlo
2. Nadmerné slzenie
3. Nadmerné žmurkanie
4. Pocit nepohodlia pri čítaní alebo suchom vzduchu.

Tieto symptómy by sa mali postupnou adaptáciou na nosenie kontaktných šošoviek zmierniť.

STAROSTLIVOSŤ O ŠOŠOVKY

Počas dňa vytvorí slzný film na šošovkách usadeniny proteínov a smietok, ktoré musíte odstrániť. Váš optik Vám na to poradí vhodný čistiaci prostriedok.

Keď šošovky nepoužívate, skladujte ich v puzdre vo vhodnom roztoku na uchovávanie, ktorý Vám odporučí optik. Tento roztok šošovky dezinfikuje a chráni ich pred kontamináciou mikróbmami, čím znižuje riziko infekcie. Rostok na namáčanie šošoviek má tiež zvlhčujúci a ochranný účinok, pri ktorom pokryje každú šošovku tenkou tekutou vrstvou a vytvorí tak priestor medzi šošovkou a rohovkou, a šošovkou a očným viečkom. Tým sa zabezpečí väčšie pohodlie pri zavádzaní šošovky a počas dňa, a zároveň to pomôže zredukovať tvorbu nánosov na povrchu.

Pevné kontaktné šošovky je pre maximálne pohodlie potrebné udržiavať v permanentne vlhkom stave. Ak by Vám šošovky nechtiac vyschli, očistite ich čistiacim roztokom a ponorte ich do roztoku na zvlhčovanie a namáčanie šošoviek.

Prečítajte si pokyny pribalené k roztokom.

Vždy používajte čerstvé roztoky. Rostoky neriedte, keďže sa tým znižuje ich účinnosť.

Vždy dodržiavajte optikom doporučený režim. Optik Vám navrhne aj najlepší roztok na Váš typ šošoviek.

ČO ROBIŤ A ČO NIE

- Áno.** Šošovky vždy zavádzajte a vyberajte jemne.
- Áno.** Šošovky uchovávať mimo dosahu detí.
- Áno.** Poškodené alebo poškrabané šošovky vymeňte za nové.
- Áno.** Dôsledne dodržiavajte pokyny a rady optika o tom, ako šošovky čistiť, zaobchádzať s nimi a skladovať ich.
- Áno.** Navštevujte všetky kontroly, ktoré Vám optik odporučí.
- Áno.** V prípade akejkoľvek nežiaducej reakcie šošovky vyberte a v prípade, že reakcia pretrváva, sa poraďte s optikom.
- Áno.** Pred zavedením šošoviek si umyte ruky. Aby ste sa vyhli usadeniu drobných vlákien (štítkového prachu) na povrchu šošovky, otraste si pred manipuláciou so šošovkami ruky a usušte ich uterákom bez týchto vlákien.
- Áno.** Puzdro na šošovky udržiavajte čisté a často ho vymieňajte.
- Nie.** Na dezinfekciu šošoviek nikdy nepoužívajte čistiace prostriedky pre domácnosť (**môžu** Vám vážne poškodiť oči).
- Nie.** Na navlhčenie šošoviek nepoužívajte sliny, nie je pravda, že by Vaše vlastné baktérie boli bezpečné.
- Nie.** Nenoste očné linky na vnútornej strane viečok, a neaplikujte žiadne očné kvapky ani iné lieky do oka bez konzultácie s optikom.
- Nie.** Nedovoľte, aby sa šošovky dostali do kontaktu so sprejmi na vlasy alebo inými kozmetickými aerosolmi.
- Nie.** Nenoste šošovky dlhšie, ako Vám bolo odporúčené, a pokiaľ Vám optik neodporučí niečo iné, pred spaním si šošovky vždy vyberte.
- Nie.** Nenoste šošovky v prostredí so škodlivými alebo dráždivými výparmi.

UPOZORNENIE

Pravidelné vyšetrenia očí sú nesmierne dôležité.

Ak sa pod šošovkou zachytí prach alebo smietka a spôsobí nadmernú tvorbu slz a podráždenie, šošovku ihneď vyberte. Vyčistite ju vhodným roztokom a vložte ju späť do oka. Pri pretrvávajúcich neobvyklých symptómoch šošovky vyberte a poraďte sa s optikom.

PAMÄTAJTE: AK MÁTE POCHYBNOSTI, VYBERTE KONTAKTNÉ ŠOŠOVKY A PORAĎTE SA S OPTIKOM



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



0120