

Enhorabuena por haber recibido tus nuevas lentes de contacto. Estas lentes han sido fabricadas con equipos de alta precisión para que puedas disfrutar de una excelente corrección visual así como de un uso confortable. Esta guía te ayudará a obtener el máximo beneficio de tus lentes de contacto y mantenerlas en las mejores condiciones.

### INSTRUCCIONES DE USO

Lávate las manos con un jabón sin Lanolina o con un agente limpiador adecuado. Enjúgalas abundantemente para eliminar restos de cremas, suciedad o partículas de tus manos, ya que sino pueden terminar en tus lentes y reducir su comodidad. Trata de manipular tus lentes sobre una superficie plana para eliminar las posibilidades de perderlas si se te cayeran de las manos.

Si insertas tus lentes sobre el lavabo del baño asegúrate de que el tapón está puesto. Desarrolla una rutina simple. Asegúrate de insertar y retirar la misma lente primero, para no confundir la lente derecha con la izquierda y viceversa.

### INSERCIÓN

Retira la lente de su estuche de almacenamiento. Coloca la lente con su cara cóncava hacia arriba en la yema de tu dedo índice de tu mano dominante. Echa dos gotas de tu solución humectante y de conservación o acondicionamiento, o cualquier otra solución recomendada por tu profesional de la visión.

- Coloca el dedo corazón de tu misma mano (la dominante) en el centro de tu párpado inferior (figura 1).
- Con los dedos índice y corazón de tu otra mano (no dominante), levanta firmemente el párpado y pestañas superiores.
- Mira hacia la lente y tráela suavemente hacia tu ojo, colocándola suavemente en el centro del ojo.
- Mira hacia abajo, suelta suavemente el párpado inferior y luego el superior. Sigue mirando hacia abajo durante unos segundos para dejar que la lente se coloque en su sitio.



### CENTRADO DE LA LENTE

La lente se puede centrar fácilmente si está en la parte blanca de tu ojo (esclera). Localiza la lente, cierra tu ojo y masajea sobre tu párpado suavemente la lente hasta llevarla sobre la córnea.

### CÓMO QUITARTE LAS LENTES

Mira hacia delante, ligeramente hacia abajo o como te aconseje tu profesional de la visión. Abre los ojos todo lo que puedas, asegurándote que tu párpado superior está por encima de la lente.

Coloca un dedo en la parte externa de tu ojo y tira hacia afuera suave, pero firmemente (figura 2).

Parpadea. La lente debería caer fácilmente sobre la superficie en la que debes colocar una toalla o sobre tu mano.



### CÓMO USAR TUS LENTES

Debes usar tus lentes todos los días para que te vayas acostumbrando a ellas. Asegúrate de asistir a todas las revisiones de tu profesional de la visión. Nunca uses tus lentes durante un periodo superior al recomendado por tu profesional de la visión. Aunque tus lentes puedan parecer confortables, su sobre uso se dejará notar más tarde. Si dejas de usar tus lentes durante un periodo relativamente largo, tendrás que volver a acostumbrarte a ellas.

### CÓMO ADAPTARTE A TUS LENTES

Durante el periodo de adaptación, hay una serie de síntomas que puedes experimentar:

1. Sensibilidad a la luz. 2. Lagrimeo excesivo. 3. Excesivo parpadeo. 4. Falta de confort ocular cuando lees o en ambientes secos.

Estos síntomas deben ir desapareciendo según te vayas acostumbrando a tus lentes de contacto.

### MANTENIMIENTO

Durante el día, partículas y proteínas de la lágrima forman depósitos sobre tus lentes de contacto que hacen que te las tengas que quitar al final del día. Tu profesional de la visión te aconsejará que limpiador debes usar. Cuando no uses tus lentes, estas necesitan ser guardadas en su estuche sumergidas en una solución recomendada por tu profesional de la visión. Esta solución sirve para desinfectar y proteger tus lentes de contaminación microbiana, reduciendo el riesgo de infección.

Esta solución también contiene agentes humectantes y acondicionadores que cubren la lente para mejorar su contacto con la córnea y tu párpado. Con ello se consigue un mejor confort en la inserción de la lente y durante las horas de uso, además de ayudar a reducir la adherencia de depósitos en su superficie.

Las lentes permeables necesitan ser conservadas permanentemente en un estado húmedo para maximizar su confort. Si se secan tus lentes de contacto, límpialas y guárdalas en una solución de mantenimiento, humectación y acondicionamiento.

Por favor, lee y sigue las instrucciones de tus soluciones de mantenimiento.

Usa siempre soluciones que estén sin caducar. No diluyas estas soluciones pues reduce su efectividad.

Usa siempre el mantenimiento recomendado por tu profesional de la visión, que te aconsejará sobre las mejores soluciones para tu tipo de lentes de contacto

### RECOMENDACIONES DE USO

- Siempre inserta y retira tus lentes suavemente.
- Mantén tus lentes fuera del alcance de los niños.
- Reemplaza las lentes si se dañan o se rayan.
- Sigue cuidadosamente las instrucciones y consejos de tu óptico sobre la limpieza, manipulación y conservación de tus lentes.
- Asegúrate de asistir a todas las revisiones posteriores que tu óptico te recomiende.
- Retira tus lentes de contacto si experimentas alguna reacción adversa y consulta con tu óptico si la reacción persiste.
- Lava tus manos antes de colocarte las lentes. Para evitar que pequeñas fibras (pelusa) se depositen sobre la lente, agita las manos y sécalas con una toalla libre de pelusa antes de manipular tus lentes.
- Mantén el estuche porta-lentes limpio y replázalo con frecuencia.
  
- No utilices productos de limpieza de hogar para desinfectar tus lentes (podría dañar seriamente tus ojos).
- No utilices saliva para humedecer las lentes, piensa que tus propias bacterias no son seguras.
- No utilices delineador en el interior del párpado, o apliques ningún tipo de gotas para los ojos u otro medicamento para los ojos sin consultar primero a tu óptico.
- No permitas que laca para el cabello u otros aerosoles cosméticos entren en contacto con tus lentes.
- No utilices las lentes más tiempo del recomendado y retira siempre tus lentes antes de ir a dormir, a menos que tu óptico te lo aconseje.
- No utilices tus lentes en presencia de gases nocivos o irritantes.

### RECUERDA

Es esencial que tus ojos sean examinados por un profesional de la visión de manera regular. Si queda atrapado polvo o partículas debajo de tu lente resultando en un excesivo lagrimeo e irritación, retira la lente inmediatamente. Límpiala con una solución adecuada y vuelve a insertarla en tu ojo. Si algún síntoma inusual persiste, retira tus lentes y contacta con tu profesional de la visión.

**Recuerda:** Ante La Duda, Retira Tus Lentes De Contacto Y Contacta Con Tu Profesional De La Visión



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](mailto:enquiries@MeniconUK.co.uk)

or [orders@MeniconUK.co.uk](mailto:orders@MeniconUK.co.uk)

Website: [www.MeniconUK.co.uk](http://www.MeniconUK.co.uk)