

Swedish**HÅRDA KONTAKTLINSER**

En vägledning till problemfri användning av hårda linser.

Grattis till dina nya linser. De här linserna har tillverkats med utrustning av högsta precision och ger dig utmärkt visuell korrigering och bekväm användning. De här anvisningarna ger dig maximal användning av linserna och håller dem i gott skick.

BRUKSANVISNING

Tvätta händerna noga antingen med lanolinfri tvål eller lämpligt rengöringsmedel. Skölj noga för att avlägsna alla spår av handkräm, damm, smuts eller ludd på fingrarna, eftersom det kan hamna under linsen och orsaka obehag. Försök att hålla dig över en plan yta täckt med en handduk som inte luddar sig eftersom det är mindre risk för att du förlorar linsen om du tappar den från fingrarna.

Om du sätter i linsen över ett handfat i badrummet, sätt alltid i proppen. Ha en enkel rutin.

Sätt alltid i och ta ur samma lins först så du inte förväxlar höger och vänster lins.

SÄTTA I LINSEN

Ta ut linsen från linsetuiet. Placera den på pekfingertoppen på din dominanta hand, med den konkava sidan uppåt. Sätt på två droppar av det fuktande vätmedlet eller annan linsvätska som optikern rekommenderar.

- Placera din dominanta hands långfinger i mitten av det nedre ögonlocket (fig. 1).
- Med den andra handens pek- och långfinger håller du ett fast grepp i det övre ögonlocket.
- Titta hela tiden på linsen och för den långsamt mot ögat, och placera den försiktigt mitt i ögat.
- Titta ner och släpp sedan försiktigt det nedre och det övre ögonlocket. Fortsätt att titta ner i ett par sekunder så att linsen kommer på rätt plats.

**CENTRERA LINSEN**

- Du kan lätt centrera linsen om den hamnat på ögats vita. Lokalisera linsen. Stäng ögat och för linsen med en masserande rörelse genom ögonlocket till hornhinnan.

TA UT LINSEN

- Titta rakt fram eller rakt ner, enligt optikerns anvisningar.
- Öppna ögat så mycket som möjligt och se till att det övre ögonlocket är högre upp än linsen.
- Placera dina fingrar horisontalt i den yttre ögonvrån och drag försiktigt, men bestämt (fig. 2).
- Blinka. Linsen bör då lätt falla ut på den arbetsyta som täckts med en handduk som inte luddar sig eller i handen.

**ANVÄNDA LINSERNA**

Du ska använda linserna varje dag för att bygga upp den tid du använder dem. Se till att du går till alla eftervårdstider du får. Använd aldrig linserna längre tid än den som optikern rekommenderar. Även om linserna "känns" bekväma, kan effekten av överanvändning bli kännbar längre fram.

Om du inte använder linserna under en längre tid, måste du bygga upp användningstiden igen.

VÄNJA DIG VID LINSERNA

Under anpassningsperioden, kan du uppleva vissa symtom:

1. Ljuskänslighet
2. För mycket tårar
3. Att du blinkar för mycket
4. Obehag när du läser eller vistas i en torr atmosfär.

Dessa symtom bör minska allt eftersom du vänjer dig vid att använda kontaktlinser.

SKÖTA LINSERNA



Under dagen bildas protein och skräp från tårffilmen på kontaktlinserna som du måste avlägsna, optikern ger dig råd om en lämplig rengöringsvätska.

När du inte använder linserna ska de alltid förvaras i ett linsetui i en lämplig förvaringsvätska som din optiker rekommenderar. Denna vätska desinficerar och skyddar dem från mikrobiell förorening och minskar risken för infektion.

Vätskan har en vätande och konditionerande effekt som täcker linsen med en film av fukt, vilket fungerar som ett dämpande skydd mellan linsen och hornhinnan, och mellan linsen och ögonlocket. Det gör insättningen lättare och det känns bekvämare under dagen och hjälper samtidigt till att minska ackumuleringen av ytaavlagringar.

Hårda kontaktlinser ska alltid hållas våta för att vara så bekväma som möjligt. Om linserna oavsiktligt blir torra, ska du rengöra dem med en rengöringsvätska och lägga dem i fuktande vätmedel.

Läs och följ den bruksanvisning som medföljer vätskan.

Använd alltid färsk vätska. Späd inte ut den eftersom det minskar effektiviteten.

Följ alltid den rutin som optikern rekommenderar och den vätska som är den bästa för din typ av lins.

VAD DU SKA GÖRA OCH INTE GÖRA

Göra.	Alltid vara försiktig när du sätter i och tar ut linserna.
Göra.	Förvara linserna utom räckhåll för barn.
Göra.	Byta ut linserna om de skadas eller blir repade.
Göra.	Följ optikers anvisningar och råd noga om rengöring, hantering och förvaring av linserna.
Göra.	Komma ihåg att gå till optikern de tider för eftervård som rekommenderas.
Göra.	Ta ut linserna om du har någon negativ reaktion och rådfråga optikern om reaktionen håller i sig.
Göra.	Tvätta händerna innan du sätter i linserna. Undvika att små luddpartiklar kommer i kontakt med linsens yta, skaka dina händer och torka med en handduk som inte luddar sig innan du hanterar linserna.
Göra.	Hålla linsetuiet rent och byta ut det regelbundet.
Inte göra.	Aldrig använda hushållsprodukter för att desinficera dina linser (det kan allvarligt skada dina ögon).
Inte göra.	Aldrig använda saliv för att veta dina linser, det är inte sant att dina egna bakterier är säkra.
Inte göra.	Aldrig använda eyeliner på insidan av ögonlocken, aldrig sätta i någon typ av ögondroppar eller annat ögonläkemedel utan att första rådfråga optikern.
Inte göra.	Aldrig låta hårsprej eller andra kosmetiska sprejer komma i kontakt med linserna.
Inte göra.	Aldrig använda linserna under längre tid än som rekommenderas utan att först rådfråga optikern och alltid ta ut linserna innan du går och lägger dig.
Inte göra.	Aldrig använda linserna om det förekommer farliga eller irriterande ångor.

KOM IHÅG

Det är viktigt att du regelbundet låter kontrollera dina ögon.

Om damm eller skräp fastnar under linsen, leder det till överdriven tårutsöndring och irritation, ta omedelbart ut linsen. Rengör med lämplig vätska och sätt tillbaka linsen på ögat igen. Om några ovanliga symtom kvarstår, ta ut linsen och rådfråga optikern.

KOM IHÅG: OM DU ÄR TVEKSAM, TA UT KONTAKTLINSENA OCH RÅDFRÅGA OPTIKERN



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

