



AUF EINEN BLICK –
IHRE KONTAKTLINSEN.

OPTIK
FORUM
KRUMM





GUTES SEHEN MIT IHREN KONTAKT- LINSEN ERHÖHT IHRE LEBENSQUALITÄT.

Wir wünschen Ihnen von Anfang an viel Freude beim Tragen Ihrer Kontaktlinsen. Diese sind mit höchster Präzision hergestellt und mit größter Sorgfalt individuell angepasst worden, damit Sie möglichst lange die Vorzüge Ihrer Kontaktlinsen genießen können.

Befolgen Sie die Empfehlungen Ihres Kontaktlinsenanpassers, die Hinweise auf den Etiketten der Pflegeprodukte sowie die Angaben zu Tragedauer und Tragezeiten und nehmen Sie Kontrolltermine wahr. So sorgen Sie für die optimale Gesundheit Ihrer Augen.

Gehen Sie regelmäßig zu Ihrem Kontaktlinsen-anpasser zur Nachkontrolle und zur Überprüfung der Kontaktlinsen. Reinigen und desinfizieren Sie

Ihre Kontaktlinsen stets sorgfältig entsprechend der jeweiligen Anweisung. Überschreiten Sie nicht die für Ihre Kontaktlinsen empfohlenen täglichen Tragezeiten.

Werden vom Hersteller Austauschintervalle vorgeschrieben, so dürfen diese nicht überschritten werden, da es sonst zu einer Beeinträchtigung des Sehvermögens kommen kann. Entfernen Sie die Kontaktlinsen bei auftretenden Augenreizungen und suchen Sie Ihren Anpasser auf!

Verwenden Sie keine beschädigten Kontaktlinsen. Beachten Sie die Gebrauchsanweisung der Kontaktlinsenpflegemittel.

Wenden Sie keine Kontaktlinsen und Kontaktlinsenpflegemittel an, deren Verfallsdatum abgelaufen ist. Auch wenn Ihre Kontaktlinsen einen UV-Filter enthalten, ersetzt dieser nicht die Sonnenbrille.



WARNHINWEISE

Wenn Sie Flüssigkeiten verwenden, die nicht zur Pflege von Kontaktlinsen bestimmt sind, gefährden Sie Ihre Kontaktlinsen und die Gesundheit Ihrer Augen.

- Kontaktlinsen sind für das Tragen am Tag konzipiert, also für den gewöhnlichen Wachzustand. Kontaktlinsen müssen vor dem Schlafengehen herausgenommen werden, es sei denn, sie sind speziell dafür geeignet. Sollten Sie trotzdem für kurze Zeit unbeabsichtigt einschlafen, während Sie Ihre Kontaktlinsen noch tragen, sind keine negativen Auswirkungen zu erwarten. Ein eventuelles Trockenheitsgefühl ist nach wenigen Lidschlägen beseitigt. Nachbenetzungstropfen begünstigen in dieser Situation die Mobilität der Kontaktlinsen durch das Befeuchten der Augenoberfläche. Hinweise erhalten Sie von Ihrem Kontaktlinsenanpasser.
- Beachten Sie die Gebrauchsanleitung der Kontaktlinsenpflegeprodukte.
- Verwenden Sie die Aufbewahrungslösung in Ihrem Kontaktlinsenbehälter nicht zweimal.
- Verwenden Sie keine Lösung, bei der das Haltbarkeitsdatum überschritten ist.
- Mangelnde Kontaktlinsenpflege kann zu ernststen Augenschädigungen führen.
- Tragen Sie Ihre Kontaktlinsen nicht ohne geeignete Schutzbrille beim Wassersport oder wenn Sie giftigen oder reizenden Dämpfen oder Flüssigkeiten und berufsbedingten Gefahren ausgesetzt sind.
- Verwenden Sie niemals Leitungswasser.

- Bewahren Sie Ihre Kontaktlinsen nicht an Orten auf, an denen die Kontaktlinsen der Sonneneinstrahlung ausgesetzt sind, z. B. im Auto. Die hierbei auftretenden Temperaturen (ab 50° C) können irreversible Deformationen verursachen.
- Lange oder scharfkantige Fingernägel können Beschädigungen an der Kontaktlinse und am Auge verursachen.
- Weist die Kontaktlinse einen defekten Rand oder Unregelmäßigkeiten der Oberfläche auf, darf sie nicht mehr getragen werden.
- Wenn Sie die Kontaktlinsen länger nicht getragen haben, beachten Sie bitte auch die entsprechenden Pflegehinweise zu den Kontaktlinsenpflegeprodukten. Reinigen Sie die Kontaktlinsen am Tag vor dem beabsichtigten Wiedertragen und lagern Sie die Kontaktlinsen nach der Reinigung zur vollständigen Desinfektion über Nacht in Aufbewahrungslösung (gemäß den Hinweisen zu den Pflegemitteln).



- Besuchen Sie mindestens einmal pro Jahr Ihren Kontaktlinsenanpasser zur Kontrolle.
- Sollte sich der Tragekomfort verschlechtern, tragen Sie Ihre Kontaktlinsen nicht weiter und suchen Sie Ihren Anpasser auf.
- Handhaben Sie Ihre Kontaktlinsen, besonders während der Eingewöhnungszeit, bedächtig und mit Ruhe.
- Verwenden Sie Ihre Kontaktlinsen nicht bei Entzündungen, Infektionen und Verletzungen des Auges, veränderter Hornhautsensibilität, Allergien, Erkrankungen, Verletzungen oder Veränderungen von Hornhaut und/oder Lidern.
- Bei Einnahme von Medikamenten, die das Kontaktlinsentragen beeinträchtigen können, setzen Sie Ihre Kontaktlinsen nicht auf. Arzneimittel können eine Veränderung des Tränenfilms bewirken und die Verträglichkeit der Kontaktlinsen beeinflussen. Teilen Sie Ihrem Anpasser mit, welche Arzneimittel Sie verwenden. Bei Augentropfen sind die entsprechenden Hinweise in der Packungsbeilage dieser Präparate zu beachten. Augentropfen sollten prinzipiell nicht über Kontaktlinsen getropft werden. Es gibt wenige Ausnahmen. Fragen Sie hierzu Ihren Augenarzt.
- Bei mangelnder Tränenflüssigkeit ist von der Nutzung der Kontaktlinsen abzuraten.

NUTZUNGSDAUER

Die Nutzungsdauer hängt ab von:

- Kontaktlinsenmaterial
- Parametern
- Handhabung
- Pflege
- Tränenfilm
- mechanischer Beanspruchung

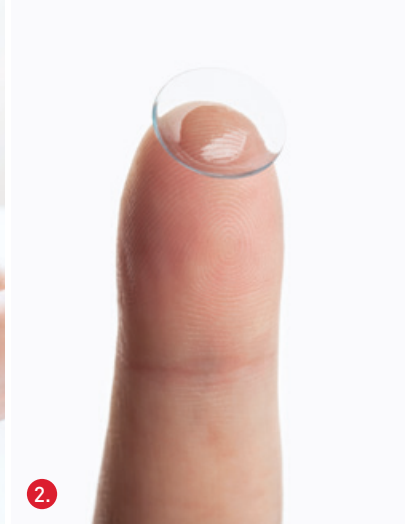
Individuelle Kontaktlinsen sollten alle 12 bis 24 Monate ausgetauscht werden. Austauschsysteme haben eine vorgegebene Nutzungsdauer von 1 Tag bis ½ Jahr – je nach Produkt.

Lassen Sie im Rahmen der regelmäßigen Nachkontrollen (mindestens einmal im Jahr) die Funktionsfähigkeit und sichere Anwendbarkeit Ihrer Kontaktlinsen durch Ihren Kontaktlinsen-anpasser überprüfen.



HANDHABUNG

1. Hände gründlich waschen und abtrocknen, bevor Sie Ihre Kontaktlinsen anfassen.
2. Überprüfen Sie die Kontaktlinsen vor dem Aufsetzen auf das Auge auf ihre Unversehrtheit.
3. Heruntergefallene Kontaktlinsen mit feuchter Fingerkuppe oder einem geeigneten Kontaktlinsensauger/einer Pinzette aufnehmen.
4. Die Kontaktlinsen niemals über Tisch- oder Spiegelflächen ziehen.
5. Heruntergefallene Kontaktlinsen unbedingt mit einer Abspüllösung säubern, bevor Sie den eigentlichen Reinigungsvorgang fortsetzen oder die Kontaktlinse wieder auf das Auge setzen.
6. Beim Verschließen des Kontaktlinsenbehälters sicherstellen, dass die Kontaktlinsen zentrisch liegen, um Beschädigungen des Randes zu vermeiden.



WEICHE KONTAKTLINSEN AUF- UND ABSETZEN

Das Aufsetzen:

Legen Sie die Kontaktlinse auf die Fingerkuppe des Zeigefingers und prüfen Sie, ob die Kontaktlinse richtig herum liegt. Falls nötig, bitte in die richtige Form bringen.



Ziehen Sie das untere und das obere Augenlid jeweils mit dem Mittelfinger am Wimpernansatz nach unten bzw. nach oben.



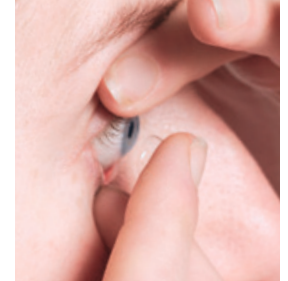
Schauen Sie geradeaus und setzen Sie die Kontaktlinse mit dem Zeigefinger auf das Auge.

Lassen Sie die Lider vorsichtig los und blinzeln Sie zwei- bis dreimal. Dadurch wird die Kontaktlinse automatisch zentriert.

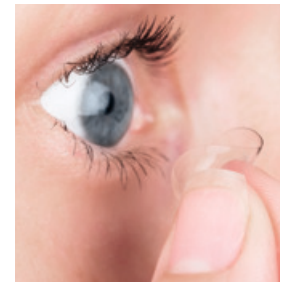


Das Absetzen:

Öffnen Sie das Auge und schauen Sie nach oben. Ziehen Sie das untere Augenlid mit dem Mittelfinger nach unten. Mit dem Zeigefinger schieben Sie die Kontaktlinse vorsichtig nach unten.



Drücken Sie nun die Kontaktlinse mit Zeigefinger und Daumen vorsichtig zusammen und nehmen Sie sie vom Auge. Achten Sie darauf, dass Sie die Kontaktlinse beim Absetzen nicht beschädigen.



Mit etwas Übung wird das Auf- und Absetzen von Kontaktlinsen zum gewohnten, schnellen Handgriff.

FORMSTABILE KONTAKTLINSEN AUF- UND ABSETZEN

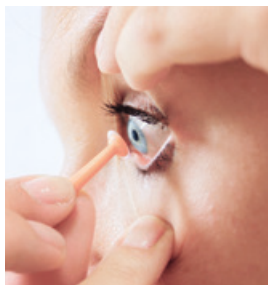
Das Aufsetzen:

Legen Sie die formstabile Kontaktlinse auf die Kuppe des Zeigefingers. Sehen Sie mit beiden Augen in einen Spiegel. Ziehen Sie mit dem Mittelfinger derselben Hand das Unterlid nach unten und mit dem Mittel- und/oder Ringfinger der anderen Hand das Oberlid nach oben.



Als Variante dazu bietet sich das Aufsetzen mit einem speziellen Sauger an. Ihr Anpasser zeigt Ihnen die für Sie bessere Methode.

Setzen Sie nun die Kontaktlinse ohne Druckanwendung auf das Auge. Befindet sich die Kontaktlinse nicht auf der Mitte der Hornhaut, nehmen Sie sie vorsichtig mit dem Sauger vom Auge und beginnen von vorn mit dem Aufsetzen.

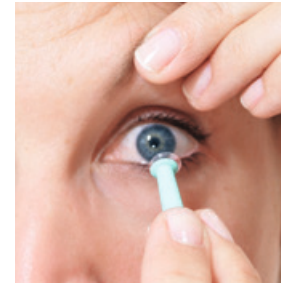


Das Absetzen:

Vergewissern Sie sich vor dem Absetzen, dass die Kontaktlinse mittig auf der Hornhaut sitzt.

Methode A

Nehmen Sie den Sauger zwischen Zeigefinger und Daumen und ziehen Sie mit dem Mittelfinger derselben Hand das Unterlid herunter. Mit der anderen Hand ziehen Sie das Oberlid nach oben. Setzen Sie den Sauger vorsichtig auf die Mitte der Kontaktlinse und entfernen Sie sie damit durch eine zugartige Bewegung.



Methode B

Das Auge weit öffnen und mit dem Finger den äußeren Augenwinkel nach außen ziehen und kurz blinzeln. Dabei die andere Hand unter das Auge halten, damit die Kontaktlinse in die Handfläche fällt. Sollten physiologische Gegebenheiten dieser Praxis entgegenstehen, empfiehlt sich die Methode A.



DIE RICHTIGE PFLEGE

Die tägliche Verwendung spezieller Kontaktlinsenpflegemittel, die auf Ihre Kontaktlinsen abgestimmt sind, ist für den optimalen Tragekomfort notwendig. Regelmäßigkeit und Sorgfalt spielen eine entscheidende Rolle. Ihr Kontaktlinsenanpasser wählt das Pflegesystem aus, das optimal auf Ihre Kontaktlinsen und Ihren Tränenfilm abgestimmt ist. Das Einhalten des Pflegevorgangs ist Ihr Beitrag zum sicheren Tragen von Kontaktlinsen. Darum sollten Sie diesen Ablauf in beständig gleicher Form einhalten. Nur so ist sichergestellt, dass Ablagerungen auf der Kontaktlinsenoberfläche wirksam entfernt und Ihre Kontaktlinsen richtig desinfiziert werden.



- **Reinigen** Sie Ihre Kontaktlinsen sofort nach dem Absetzen. Geben Sie hierzu auf die Innen- und Außenfläche der Kontaktlinse einige Tropfen der Reinigungslösung und reiben Sie sie ohne große Druckanwendung zwischen Daumen und Zeigefinger – mindestens 30 Sekunden.
- **Spülen** Sie danach die Kontaktlinse gründlich mit Abspüllösung ab und legen Sie sie in den mit frischer Aufbewahrungsflüssigkeit gefüllten Kontaktlinsenbehälter.
- **Desinfektion:** Die Aufbewahrungsflüssigkeit beinhaltet desinfizierende Substanzen, die über Nacht (in der Regel mindestens 6 Stunden) auf die Kontaktlinse wirken sollten. Befolgen Sie hierzu unbedingt die Hinweise zu den von Ihnen angewandten Pflegemitteln, damit dieser Vorgang richtig und vollständig ablaufen kann.
- **Zusätzliche spezielle Reiniger oder Protein-entferner:** In manchen Fällen ist ein zusätzlicher Oberflächenreiniger notwendig, der in täglichem Wechsel mit dem regulären Reiniger angewendet werden kann oder auch nur einmal pro Woche. Ihr Anpasser stimmt mit Ihnen dieses Intervall ab, so dass für Ihre Kontaktlinsen ein optimales Reinigungsergebnis erzielt wird.
- **Reinigen Sie Ihren Kontaktlinsenbehälter regelmäßig** (mindestens einmal wöchentlich) und erneuern Sie alle 3 bis 6 Monate den Behälter. Denn trotz aller Sorgfalt ist nicht auszuschließen, dass im Behälter Keime wachsen, die mit der Kontaktlinse aufs Auge gelangen können.