

## Für mehr Freiheit

Mit Kontaktlinsen erfahren Sie ein ganz neues Lebensgefühl, denn Sie genießen maximalen Sehkomfort bei größtmöglicher Bewegungsfreiheit im Alltag, in der Freizeit, sowie beim Sport.

Kontaktlinsen tragen ist einfach, bequem und sicher. Jedoch müssen bei der Handhabung ein paar wichtige Punkte beachtet werden. Mit den unten aufgeführten Tipps erhalten Sie wichtige Informationen zur Handhabung und Pflege Ihrer Kontaktlinsen. Denn wir wollen, dass Sie mit Sicherheit gut sehen. Getreu dem Motto: Aufsetzen und wohl fühlen. Natürlich stehen wir Ihnen für all Ihre Fragen zur Handhabung und Pflege von Kontaktlinsen gerne persönlich zur Verfügung.

Eingewöhnung: Für Ihre Augen sind Kontaktlinsen beim ersten Tragen etwas Neues. Das Sehen und die Sehschärfe kann ein wenig anders wirken und auch die Kontaktlinsen sind zu Beginn meist ein wenig spürbar. Daher sollten Sie die Tragedauer Ihrer Linsen nach unseren individuellen Empfehlungen langsam steigern.

## Aufsetzen



Legen Sie die Kontaktlinse auf die Fingerkuppe des Zeigefingers, und prüfen Sie ob die Kontaktlinse richtig herum liegt. Wenn der Rand nach außen gewölbt ist, ähnlich einem Suppenteller, so ist die Linse umgestülpt.



richtig



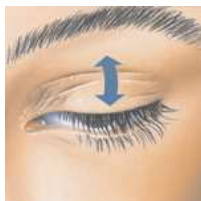
falsch



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



Mit dem Zeigefinger die Kontaktlinse aufsetzen.



Lassen Sie die Lider vorsichtig los und schließen Sie das Auge langsam. Dadurch wird die Linse automatisch zentriert. Kontrollieren Sie dann ob die Linse richtig platziert ist.

## Absetzen



### Methode 1

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 Linse nach unten.



Drücken Sie nun die Linse mit Zeigefinger und Daumen vorsichtig zusammen und nehmen Sie diese vom Auge. Sobald Luft unter die Linse gelangt, ist es möglich sie vom Auge zu entfernen.



### Methode 2

Legen Sie eine Fingerspitze mittig auf das Unterlid, die Fingerspitze der anderen Hand mittig auf das Oberlid drücken. Öffnen Sie das Auge soweit, das die Lidöffnung größer ist als die Kontaktlinse.



Nun schieben Sie die Augenlider mit Hilfe Ihrer Finger so zusammen, dass die Linse durch die Lidränder zusammengedrückt wird und sich vom Auge löst. Achten Sie darauf, dass Sie die Linse beim Absetzen nicht mit den Fingernägeln beschädigen.

## Kontaktlinsen Pflege

Da die Kontaktlinsen unmittelbar mit dem Auge in Kontakt stehen, ist eine gewissenhafte Pflege wichtig.

Diese sichert langfristig den Tragekomfort der Linsen und beugt Augenirritationen vor.

Mit etwas Übung ist die tägliche Pflege jedoch schnell erledigt.

- Wichtig ist die Hygiene der Hände: Waschen Sie bitte vor jeder Benutzung der Kontaktlinsen Ihre Hände.
- Verwenden Sie zur Reinigung immer die von uns empfohlenen Pflegemittel. Diese sind auf Ihre Kontaktlinsen optimal abgestimmt.
- Zum Aufbewahren Ihrer Kontaktlinsen darf kein Leitungswasser verwendet werden, da der darin enthaltene Kalk und die Bakterien die Kontaktlinse zerstören könnten. (Schlechtere Luftdurchlässigkeit und verstärktes Kratzgefühl wären unter anderem die Folgen.)
- Überprüfen Sie Ihre Kontaktlinsen vor dem Einsetzen. Beschädigte Kontaktlinsen auf keinen Fall verwenden!
- Sie sollten die Kontaktlinsen nicht tragen, bei Entzündungen, Allergien und Infektionen des Auges oder bei einem schlechten allgemeinen Gesundheitszustand z. B. während einer schweren Erkältung oder einer Grippe.
- Bemerken Sie auf Ihrer Linse Verunreinigungen, die sich trotz Reinigung nicht entfernen lassen, dann wenden Sie sich bitte an uns. 80% aller Infektionen bei Kontaktlinsenträgern sind auf eine mangelnde Hygiene zurückzuführen!

## Reinigung und Aufbewahrung

- Reinigen Sie Ihre Kontaktlinsen stets unmittelbar nach dem Absetzen. Schmutz und Bestandteile des Tränenfilms können sich auf der Linsenoberfläche festsetzen und sind dann nur noch schwer lösbar.
- Verwenden Sie zur täglichen Oberflächenreinigung den Linsenreiniger. Geben Sie dabei 2-3 Tropfen auf die Innen- und Außenseite der Linsen und reiben Sie diese ca. 20 Sekunden ohne großen Druck mit der Fingerspitze in der Handfläche der anderen Hand. Der Reiniger löst den Fettfilm und beseitigt Kosmetikrückstände von den Linsen.
- Beachten: Niemals direkt die Kontaktlinsen mit der Reiniger-Flüssigkeit aufsetzen.
- Spülen Sie anschließend die Kontaktlinse mit Kochsalzlösung, Universallösung oder Peroxydlösung ab, damit die durch die Reinigung gelösten Partikel entfernt werden. Reste des Reinigers dürfen auf keinen Fall ins Auge gelangen.
- Zur Aufbewahrung legen Sie anschließend die Kontaktlinsen in den Behälter und füllen Sie die Aufbewahrungsflüssigkeit ein. Wechseln Sie täglich die Lösung, bzw. immer dann, wenn Sie die Linsen verwendet haben.
- Nach dem Linsenaufsetzen entfernen Sie die alte Flüssigkeit aus dem Behälter und lassen Sie diesen anschließend offen an der Luft austrocknen. Ersetzen Sie spätestens alle 3 Monate Ihren Kontaktlinsenbehälter.

## Tipps

- Eine feste Reihenfolge hilft beim Auf- und Absetzen der Kontaktlinsen diese nicht zu vertauschen.
- Auf keinen Fall dürfen Sie mit Kontaktlinsen schlafen. Hier wird Ihr Auge nicht ausreichend versorgt.
- Vermeiden Sie, dass beim Wassersport stark gechlortes oder salziges Wasser an Ihre Augen gelangt. Verwenden Sie hierbei eine Schwimmbrille und reinigen Sie nach dem Schwimmbadbesuch die Kontaktlinsen.
- Kontaktlinsen bieten leider keinen ausreichenden Sonnenschutz. Daher empfehlen wir eine Sonnenbrille mit 100% UV-Schutz.
- Beim Arbeiten am Computer oder in klimatisierten Räumen, kann das Abtrocknen der Kontaktlinsenoberfläche ein Trockenheitsgefühl verursachen. Abhilfe schaffen dann Nachbenetzungstropfen zur Befeuchtung und Augenregeneration.