

Handhabung und Pflege weicher Kontaktlinsen

Bei uns sind Sie
in **besten Händen!**



Brillen . Kontaktlinsen .

Brillen Hagemann

Südring 20 | 44787 Bochum

Telefon: 02 34 / 1 33 91

Internet: www.brillen-hagemann.de





Die richtige Pflege **Ihrer Kontaktlinsen**

Für die Gesundheit Ihrer Augen ist es sehr wichtig, dass Sie Ihre Kontaktlinsen richtig pflegen. Bitte vertrauen Sie auf die Ratschläge des like.my.eyes-Systems und beherzigen Sie unsere Empfehlungen. Diese Handhabungsbroschüre hilft Ihnen, bei der täglichen Kontaktlinsenpflege alles richtig zu machen.

Das A und O: Hygiene.

- Beginnen Sie mit gründlichem Händewaschen.
- Falls Sie Sprühdosen/-mittel verwendet haben: Warten Sie, bis sich die Rückstände in der Raumluft verflüchtigt haben, und setzen Sie Ihre Linsen erst danach ein. Kleinste Partikel könnten sonst Ihre Linsen verunreinigen.

Schaffen Sie sich einen Platz.

Suchen Sie sich dafür einen hellen, gut beleuchteten Ort aus. Verwenden Sie ein sauberes Tuch oder Handtuch als Unterlage und, wenn möglich, benutzen Sie einen verstellbaren, beleuchteten Spiegel.

Stellen Sie alle Utensilien bereit, die Sie brauchen, um Ihre Linsen einsetzen und herausnehmen zu können:

- einen sauberen, leeren Linsenbehälter*
- alle Reinigungslösungen*
- unparfümierte Papiertaschentücher
- Ihre Brille

* entfällt bei Tages-Kontaktlinsen

Das sollten Sie wissen, bevor Sie richtig loslegen.

Das Einsetzen Ihrer Linsen wird für Sie schnell zur Routine werden. Dennoch: Nehmen Sie sich Zeit, es gibt keinen Grund zur Eile.

Vor dem Einsetzen:

- Vergewissern Sie sich, dass Ihre Hände sauber und trocken sind.
- Setzen Sie Ihre rechte Linse immer zuerst ein. Dieser Gewöhnungseffekt macht es Ihnen leicht, die passende Linse dem richtigen Auge zuzuordnen.

Bevor Sie die Verpackung öffnen:

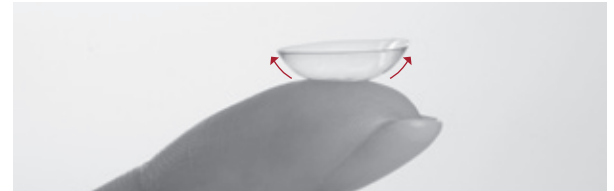
- Schütteln Sie sanft den Blisterpack, um die Linse von der Verpackung zu lösen. Ziehen Sie dann vorsichtig die Blisterfolie zurück. Um die Linse aus der Verpackung zu holen, genügt eine leichte Berührung mit der Fingerspitze.

Falls es getragene Kontaktlinsen sind:

- Nehmen Sie die rechte Linse zuerst aus dem Kontaktlinsenbehälter. Sie können die Linse entweder zuerst in die Innenfläche Ihrer Hand geben oder direkt mit der Fingerspitze aus dem Behälter nehmen.
- Benutzen Sie immer Ihre Fingerspitzen, nie die Fingernägel. Es spielt keine Rolle, welchen Finger Sie zum Einsetzen Ihrer Linse nehmen. Den meisten fällt es mit dem Zeigefinger am leichtesten.

RICHTIG

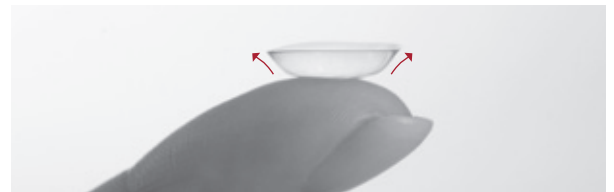
Die Linse gleicht einer Halbkugel oder „bauchigen“ Schüssel. Der Rand zeigt nach oben.



Die richtige Wölbung: Nehmen Sie die Linse auf die Fingerspitze und schauen Sie sich den Randbereich an. Die Linse sollte die Form einer Schüssel haben. Zeigt der Rand nach außen, hat sich die Linse wahrscheinlich während der Handhabung umgestülpt. Sie werden sehr bald lernen, dies zu erkennen.

FALSCH

Die Linse hat eine leicht konkave Form wie ein Teller und wirkt an den Seiten eingedrückt. Der Rand zeigt nach außen.



Die falsche Wölbung: Falls die Linse umgestülpt ist, geben Sie sie in Ihre Handinnenfläche. Benetzen Sie die Linse, falls nötig, mit wenigen Tropfen Ihrer Kochsalz-/Pflegelösung und bringen Sie sie durch leichtes Antippen zurück in die korrekte Form.

Prüfen Sie die Linsen auf Verunreinigungen und spülen Sie diese ggf. mit der Lösung ab.

So setzen Sie Ihre Kontaktlinsen richtig ein:

Wie fühlt es sich an?

- Wenn sich die Linse unangenehm anfühlt, schieben Sie sie mit dem Finger von der Mitte des Auges auf die Seite und lassen Sie sie wieder zurückrutschen.

Sollte sich die Linse immer noch unangenehm anfühlen, kann das drei Gründe haben:

- Die Linse ist verunreinigt.
- Sie haben sie umgestülpt eingesetzt. Entfernen Sie die Linse wieder aus dem Auge. Spülen Sie sie mit Kochsalzlösung oder der empfohlenen Lösung Ihrer Kontaktlinsen-Anpassung ab und überprüfen Sie den Rand wie beschrieben.
- Wenn Sie nicht klar sehen können, kann es sein, dass die Linse nicht richtig gesessen hat. Während Sie geblinzelt haben, kann sie unbemerkt herausgefallen sein. Kein Grund zur Sorge. Meistens findet sich die Linse dann unmittelbar am Auge, im Gesicht oder an den Kleidungsstücken wieder. Bevor Sie zum nächsten Versuch ansetzen: Spülen Sie die Linse sorgfältig mit Kochsalz oder der empfohlenen Lösung ab.

Beginnen Sie mit dem rechten Auge:

Legen Sie die Kontaktlinse auf den rechten Zeigefinger. Gehen Sie so nah wie möglich an den Spiegel heran und schauen Sie geradeaus.

Ziehen Sie mit dem Mittelfinger Ihrer linken Hand das Oberlid am Wimpernansatz leicht nach oben.



Ziehen Sie mit dem Mittelfinger der rechten Hand das untere Lid am Wimpernansatz leicht nach unten.



Nun können Sie die Linse leicht mit dem Zeigefinger direkt auf der Iris platzieren.



Halten Sie Ober- und Unterlid noch fest, schauen Sie nach unten und lassen Sie zuerst das Unterlid und dann das Oberlid langsam los.

Das kinderleichte Abnehmen Ihrer Kontaktlinsen:

Bitte überprüfen Sie folgendes, bevor Sie die Linsen herausnehmen:

- Sind Ihre Hände gewaschen und sauber?
- Wenn Sie einen Kontaktlinsenbehälter benutzen, vergewissern Sie sich, dass dieser sauber ist und frische Aufbewahrungslösung enthält.
- Benutzen Sie niemals Leitungswasser.

Wie Sie die Linsen absetzen:

Die einfachste Methode ist die Linse zwischen Daumen und Zeigefinger aus dem Auge zu ziehen, wie auf dem Foto rechts abgebildet.

- Fixieren Sie Ober- und Unterlid auf dieselbe Art und Weise wie beim Einsetzen.
- Nehmen Sie dann die Linse aus dem Auge, indem Sie sie leicht zusammendrücken.
- Wenn die Linsenoberfläche zusammenklebt und sie zusammengefaltet bleibt, geben Sie etwas Lösung auf die Linse und versuchen Sie sie auseinanderzufalten. Reinigen Sie dann die Linsen wie auf der Packungsbeilage Ihrer Pflege-lösung beschrieben.

Anmerkung:

Transportieren Sie Ihre Linsen immer in frischer Aufbewahrungslösung oder in Kochsalzlösung.

Ausnahme: Sie tragen Tageslinsen.

Die Behauptung, die Linse könnte hinter das Auge rutschen, ist ein Märchen. Dies ist schlichtweg unmöglich.



Für Ihre Augengesundheit ist es entscheidend, dass Sie die Anweisungen befolgen, die Sie für Ihre Pflegeprodukte erhalten. Wenn Sie Ihre Kontaktlinsen nicht richtig pflegen, riskieren Sie die Gesundheit Ihrer Augen.

Bei **likemyeyes** haben Sie unterschiedliche Möglichkeiten der Linsenpflege. Wir beraten Sie gerne und finden für Sie heraus, welche Reinigung sich für Ihre Augen am besten eignet und zu Ihrem ganz persönlichen Lebensstil am besten passt.

Essenziell für Ihre Gesundheit: **die Linsenreinigung.**

So reinigen Sie richtig:

Falls Sie ein **Ein-Stufen-Peroxidprodukt** verwenden, ist es wichtig, dass Sie ausschließlich den Linsenbehälter gebrauchen, der mit den Lösungen mitgeliefert wird. Achten Sie dabei darauf, dass die Platinscheibe sich im unteren Teil des Körbchenbehälters befindet, bevor Sie diesen benutzen. Nur dadurch bleibt die Neutralisation der Lösung gewährleistet und nichts brennt.

Falls Sie eine **All-in-One-Lösung** verwenden, reiben und spülen Sie nur damit Ihre Kontaktlinsen ab. Jedes Mal, wenn Sie die Linsen herausnehmen.

- Halten Sie Ihren Behälter sauber. Reinigen Sie Ihren Behälter 1 x wöchentlich mit Ihrer Kontaktlinsen-Desinfektionslösung. Benutzen Sie unter keinen Umständen Leitungswasser!
- Ersetzen Sie den Linsenbehälter in den regelmäßigen Abständen, wie von uns empfohlen oder wie auf der Packungsbeilage Ihres Produktes beschrieben.
- Achten Sie darauf, dass die Verschlüsse der Pflegemittelflaschen immer zugeschraubt sind.
- Bitte zögern Sie nicht und kontaktieren Sie uns, falls Sie eine Frage zu Ihrer Kontaktlinsenpflege haben.



Wichtige Informationen

im kompakten Überblick.

Was Sie unbedingt beachten sollten:

- Entsorgen Sie Ihre alten Linsen nach der festgelegten Zeit. Ihrer Augengesundheit zuliebe.
- Kommen Sie zur regelmäßigen Kontrolle. Halten Sie die von uns empfohlenen Linsen-Check-Termine unbedingt ein. Unsere Kontaktlinsenspezialisten überprüfen Ihre Augengesundheit und klären mit Ihnen alle Fragen zu Ihren Linsen und Pflegeprodukten. Dieser Rat richtet sich an alle, die Kontaktlinsen tragen. Für „Anfänger“ gilt er im Besonderen.
- Kontaktieren Sie uns immer, wenn Sie irgendwie Bedenken oder Fragen haben. Mögen diese Ihnen auch noch so trivial erscheinen. Zögern Sie nicht.
- Beenden Sie das Kontaktlinsentragen sofort, wenn Sie rote oder entzündete Augen bekommen. Wenden Sie sich sofort an uns oder Ihren Augenarzt.
- Reinigen Sie Ihren Kontaktlinsenbehälter regelmäßig und lassen Sie ihn dabei an der Luft trocknen.
- Wechseln Sie nicht Ihr Pflegesystem ohne sich vorher mit uns beraten zu haben.
- Tragen Sie Ihre Linsen nicht länger, als Ihnen empfohlen wurde.
- Übergehen Sie keine auftretenden Probleme oder Unannehmlichkeiten mit Ihren Linsen.
- Hantieren Sie bitte nicht mit scharfen Fingernägeln an Ihren weichen Linsen.
- Behalten Sie beim Schlafen niemals Ihre Linsen an (Ausnahme: Sie benutzen Tag-und-Nacht-Linsen).
- Benutzen Sie niemals Leitungswasser.
- Verwenden Sie Ihre Pflegelösungen nur einmalig, nie mehrmals.
- Stellen Sie sich von Zeit zu Zeit diese drei einfachen Fragen:
 1. Wie fühlen sich meine Linsen an?
 2. Wie gut kann ich sehen?
 3. Wie sehen meine Augen aus?
- Kontaktieren Sie uns unverzüglich, wenn Sie bei einer Antwort unsicher sind. Und zum Schluss erinnern Sie sich immer an die goldene Regel: »Im Falle einer Unsicherheit – nehmen Sie die Kontaktlinsen heraus!«

Bequemer geht es nicht:

Unser Kontaktlinsen-System versorgt Sie regelmäßig alle drei Monate mit neuen Kontaktlinsen und Pflegemitteln direkt an Ihre Wunschadresse!

