

NASVETI ZA UPORABNIKE

poltrdih kontaktnih leč



VSTAVLJANJE,
ODSTRANJEVANJE,
NEGA



Vaše prve kontaktne leče iz Z materiala	03
Pred vstavljanjem kontaktnih leč	04
Vstavljanje kontaktnih leč	06
Odstranjevanje kontaktnih leč	08
Nega kontaktnih leč	10
PROGENT enkrat na teden	12
Napotki	14
Prepovedi	15
Predpis vaših kontaktnih leč	16

Vaše prve poltrde kontaktne leče

Zdravnik vam je predpisal poltrde kontaktne leče Menicon, iz materiala z najvišjo prepustnostjo za kisik, Menicon-Z materiala.

Kontaktne leče iz Menicon Z materiala omogočajo vašim očem izpostavljenost kisiku v največji možni meri.

Ne glede na to ali ste kratkovidni, daljnovidni, oziroma imate astigmatizem, vam te kontaktne leče dolgoročno omogočajo visoko stopnjo varnosti in oster vid.

Poltrde kontaktne leče lahko nosijo pripadniki vseh generacij. Ni omejitev glede starosti za pričetek nošenja poltrdih kontaktnih leč.

Kontaktne leče podnevi in ponoči

(do 29 noči/30 dni zaporedoma)

Pogovorite se z vašim oftalmologom o priporočenem režimu nošenja in najbolj primernem vzdrževanju kontaktnih leč.

Za zdravje vaših oči

Pomembno je, da upoštevate rok za zamenjavo kontaktnih leč in da sledite priporočilom vašega oftalmologa glede nošenja in nege kontaktnih leč ter da prihajate na redne kontrole.

Pred vstavljanjem kontaktnih leč



Kontaktne leče si vstavite pred ličenjem. Kontaktne leče si odstranite pred odstranjevanjem ličil.

1



Vedno si skrbno umijte roke (z vodo in milom)...

... in jih osušite z brisačo, ki ne pušča vlaken.



2



Zaprte odtok umivalnika, da preprečite nenamerno izgubo kontaktnih leč.

3



Pripravite si posodico s kontaktnimi lečami, plastenko z večnamensko raztopino in se postavite pred ogledalo.

4



Z vašimi kontaktnimi lečami rokujte previdno in se jih ne dotikajte z nohti. Zagotovite redno higieno nohtov.

5



Vedno pričnite z vstavljanjem v isto oko, npr. najprej v desno, da preprečite zamenjavo kontaktnih leč.

6



Pred prvo uporabo v smeri urnega kazalca do konca privijte pokrovček. S tem postopkom predrete konico plastenke. Znotraj pokrovčka se nahaja ost, ki predre kapalno konico plastenke.

Vstavljanje kontaktnih leč

1



Pazljivo sperite kontaktno lečo vpeto v držalu posodice za shranjevanje z **MENICARE PURE**.

2



Položite desno kontaktno lečo na kazalec desne roke. S palcem si pomagajte odpreti držalo.

3



S sredincem desne roke potisnite spodnjo veko navzdol, s kazalcem leve roke dvignite zgornjo veko, kontaktno lečo na desnem kazalcu pa namestite na roženico.

4



Spustite spodnjo veko in nato še pazljivo zgornjo.

5



Dvignite glavo in preverite vid, tako da z dlanjo prekrijete drugo oko.

Na enak način vstavite levo kontaktno lečo v levo oko. Sledite korakom od 1 do 5.

6



Izpraznite posodico za shranjevanje in jo posušite do suhega.

✓ V primeru, da kontaktna leča ne leži na sredini, pogledajte v smeri proti kontaktni leči in jo pomaknite proti sredini z rahlim pritiskom na veko.

✓ Če je vaš vid zamegljen, preverite ali niste morda zamenjali leve in desne kontaktne leče.

Odstranjevanje kontaktnih leč

1



Pred odstranjevanjem si vedno skrbno umijte, sperite in posušite roke.

2



Posodico za shranjevanje napolnite z MENICARE PURE.

3

Vedno začnite z odstranjevanjem iste kontaktne leče po eni od spodaj navednih metod:



1^{prva} metoda

Glavo nagnite naprej, s pogledom naravnost navzdol široko odprite oči. Zunanji (temporalni) rob veke sunkovito potegnite v smeri navzgor oz. navzven ter ujemite kontaktno lečo v dlan druge roke.

2^{druga} metoda

Glavo nagnite naprej, kazalec desne roke namestite na spodnjo veko v višini trepalnic, kazalec leve roke pa na zgornjo veko, prav tako v višini trepalnic. Široko odprite oči in s kazalcema nežno potisnite robova vek enega proti drugemu. S tem potisnete kontaktno lečo iz očesa.



3^{tretja} metoda s sesalnim držalom

Prepričajte se, da se kontaktna leča nahaja v sredini očesa. Kazalec leve roke položite na rob zgornje veke v višini trepalnici in potisnite zgornjo veko navzgor. Široko odprite oči in s sesalnim držalom, ki ga držite med palcem in kazalcem nežno pritisnite na kontaktno lečo (ne na oko!).



4



Kontaktno lečo položite v svojo dlan in jo pred shranjevanjem v posodici za shranjevanje očistite po postopku razloženim na straneh 10 in 11.

Odstranite levo kontaktno lečo po istem postopku..



NASVETI



Ličila odstranjujte vedno po odstranitvi kontaktnih leč. Ne uporabljajte ličil, ki puščajo maščobe.



Vzrok za nelagodje pri nošenju je lahko tudi prah na kontaktni leči. V takem primeru odstranite lečo in jo ponovno sperite. Če se nelagodje ne zmanjša, odstranite kontaktno lečo in se posvetujte z oftalmologom.



Če so vaše oči rdeče ali razdražene, kontaktne leče takoj odstranite in se posvetujte z oftalmologom.



Priporočamo, da na pot vzamete potovalno pakiranje Menicare Pure, posodico za leče, in tudi svoja očala.



Nega vaših Menicon Z kontaktnih leč

s pomočjo nove in neločljive kombinacije MENICARE PURE & PROGENT

Pomembno je, da upoštevate navodila za nego in uporabljate predpisane raztopine za nego kontaktnih leč.

Menicon priporoča uporabo večnamenske raztopine MENICARE PURE za čiščenje, spiranje po čiščenju, razkuževanje, shranjevanje in spiranje pred vstavljanjem vaših kontaktnih leč.



Enkrat na teden uporabite raztopino PROGENT za odstranjevanje beljakovin in intenzivno čiščenje.

Skrbno preberite vsa priložena navodila za uporabo.

Z MENICARE PURE do večjega udobja

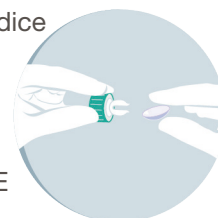
1 Čiščenje

Kontaktno lečo položite v svojo dlan in jo z nekaj kapljicami večnamenske raztopine MENICARE PURE **previdno in nežno masirajte** s kazalcem (približno 20 sekund).



2 Spiranje po čiščenju

Vstavite kontaktno lečo v ustrezno držalo posodice za shranjevanje (R za desno, L za levo) in **sperite kontaktno lečo** z večnamensko raztopino MENICARE PURE.



3 Razkuževanje

Posodico za shranjevanje napolnite s **svežo raztopino** in pustite leče namočene vsaj 30 minut. Dobro zaprite posodico s pokrovčkom.



Ponovite isti postopek z drugo kontaktno lečo.

4 Spiranje pred vstavljanjem

Pred vstavljanjem kontaktne leče ponovno sperite z raztopino MENICARE PURE.



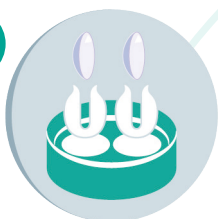
PROGENT enkrat na teden

Predstavlja pomemben korak pri **zagotavljanju kakovosti vida, optimalnega udobja in življenske dobe** vaših kontaktnih leč.



Skrbno preberite varnostne napotke navedene na embalaži in navodilih izdelka.

1



Vstavite posamezno kontaktno lečo v ustrezno držalo posodice za intenzivno čiščenje. "R" : desno, "L" : levo.

2

Odprite vsebnika A in B ter njuno vsebino zlijte v posodico za intenzivno čiščenje. Pri tem se ne dotikajte konic vsebnikov.



3

Zaprte posodico in jo nežno premešajte. Kontaktne leče namakajte 30 minut (vendar ne več kot 30 minut, namakanje več kot 30 minut poveča tveganje za razbarvanje).



4

Odprite posodico in vsebino izpraznite v lijak.



5

Kontaktne leče v držalu temeljito spirajte z raztopino MENICARE PURE (vsaj 15 sekund).



6

Nadaljujte z običajnim postopkom čiščenja z MENICARE PURE. Vaše kontaktne leče so potem pripravljene za vstavljanje ali za shranjevanje v posodici za shranjevanje z MENICARE PURE.



Pozor !

V primeru, da vam **PROGENT** slučajno zaide v oko, oko takoj temeljito sperite pod tekočo vodo in se posvetujte z oftalmologom. Izogibajte se stika s kožo in oblačili (možnost razbarvanja).

Če kontaktne leče nosite **nepretrgano podnevi in ponoči**, priporočamo uporabo intenzivne čistilne raztopine **PROGENT** skupaj z večnamensko raztopino **MENICARE PURE** v posebej dogovorjenih intervalih čiščenja, po posvetu z oftalmologom.



Napotki



✓ V posodici za shranjevanje vsak dan zamenjajte raztopino MENICARE PURE.



✓ Če kontaktnih leč ne nosite več dni zapored, jih shranite v dobro zaprti posodici za shranjevanje, napolnjeni z MENICARE PURE. Raztopino zamenjajte vsaj 1-krat na mesec.



✓ Posodica za shranjevanje naj bo vedno čista. Izpraznite jo, očistite in jo sperite z MENICARE PURE ter jo posušite na zraku do suhega.

✓ Posodico za shranjevanje menjajte vsaj vsake 3 mesece. (Z vsakim pakiranjem MENICARE PURE prejmete novo posodico).

✓ Plastenko z MENICARE PURE po uporabi dobro zaprite in jo shranite na temnem pri sobni temperaturi.



✓ Upoštevajte rok uporabe in raztopino zavržite 3 mesece po prvem odprtju.

✓ Posvetujte se s svojim oftalmologom glede sočasnega zdravljenja oči in nošenja kontaktnih leč.



✓ Skrbno preberite navodila za uporabo kontaktnih leč in raztopin za nego.



Prepovedi



Nikoli ponovno ne uporabite že uporabljene raztopine oz. ne dolivajte nove raztopine v posodico za shranjevanje. Vedno uporabite popolnoma svežo raztopino!



Nikoli ne uporabljajte pitne vode, slin ali velika pakiranja fiziološke raztopine brez konzervansov za spiranje in shranjevanje vaših kontaktnih leč!



Izogibajte se stika z vodo. Uporaba kontaktnih leč v vodnih okoljih (bazeni, reke, ...) se odsvetuje zaradi večjega tveganja za okužbe!



Ne uporabljajte kontaktnih leč pri agresivnih športih!



Ne menjajte raztopine za nego in vrsto kontaktnih leč, ne da bi se prej posvetovali s svojim oftalmologom.

Neupoštevanje nasvetov in higienskih zapovedi lahko vodi do neprenašanja kontaktnih leč in poveča tveganje za hude očesne okužbe.

Vaš predpis



Sledite navodilom vašega specialista za kontaktne leče o nošenju, menjavi in vzdrževanju vaših kontaktnih leč.



Načrtujte redne preglede pri vašem specialistu za kontaktne leče. V primeru vprašanj v zvezi z zdravjem vaših oči se posvetujte z vašim specialistom za kontaktne leče.

Podatki o vaših kontaktnih lečah Menicon:

DESNA KONTAKTNA LEČA

LEVA KONTAKTNA LEČA

r_0

r_0

\emptyset_T

\emptyset_T

P

P

REŽIM NOŠENJA :

Dnevno Nepretrgano noči (največ 29 noči zaporedoma)

Kontaktne leče Menicon vam je predpisal:

Ime :

Naslov oz. ustanova :

Telefon :

Naslednji obisk :

Nošenje visokoprepustnih kontaktnih leč iz Menicon Z materiala je dobra odločitev za dolgotrajno dober vid.

Kontaktne leče Menicon iz Z materiala proizvaja in distribuira družba Menicon. Spadajo med medicinske pripomočke razreda IIa in so regulirane z regulativo o medicinskih pripomočkih ter imajo oznako CE (Proizvajalec Menicon Co., Ltd : CE 0483, proizvajalec Menicon B.V. : CE 0344, proizvajalec Menicon Ltd : CE 0120).

Izdelki za nego MENICARE PURE (proizvaja Menicon Co., Ltd), PROGENT in SPRAY & CLEAN (proizvaja Menicon SAS) so medicinski pripomočki razreda IIb z oznako CE 0483.

Distributer za Slovenijo: Optimed medical d.o.o., Litostrojska 44c, 1000 Ljubljana

Skrbno preberite navodila za uporabo.

Več informacij na:

www.menicon.com/consumer/lens-care/gp/handling-and-care/

 Menicon

LEGENDA: r_0 - osnovni radij kontaktne leče, \emptyset_T - celotni premer kontaktne leče, P - dioptrija kontaktne leče