

VISSER

contactlenzen

comfortabel & veilig

INSTRUCTIE
ZACHTE
LENZEN



HOE ZET U DE LENZEN IN?

Belangrijk bij het inzetten is dat u altijd een vaste volgorde aanhoudt. Zo voorkomt u dat u de linker- en rechterlens door elkaar haalt.

STAP 1.

Zet alles klaar wat u nodig heeft: een spiegel, de vloeistoffen, de lenshouder en een tissue of handdoek. In verband met een goede hygiëne is het belangrijk dat u altijd eerst uw handen goed wast. Gebruik bij voorkeur een desinfecterende zeep. Droog uw handen goed af met een schone handdoek.

STAP 2.

Neem de lens uit de houder. Controleer nu of de lens niet binnenstebuiten zit. De lens hoort komvormig te zijn en niet naar buiten toe af te vlakken (zoals een soepbord). Spoel de lens kort af met de bewaar- en inzetvloeistof.

STAP 3.

U kunt de lens nu in gaan zetten. Zet de lens hiervoor op de top van uw wijsvinger. Het belangrijkste bij inzetten is dat u uw oog goed open houdt. Pak hiervoor met uw vrije hand het bovenooglid vast bij de wimperrand. Trek met de middelvinger van de hand met de lens het onderooglid naar beneden. Breng de lens langzaam naar uw oog en blijf ondertussen recht in de spiegel kijken. Plaats de lens op het oog. Als de lens op het oog zit, laat u rustig een voor een de oogleden los.

STAP 4.

Goede hygiëne is belangrijk voor het veilig dragen van lenzen. Hierbij hoort ook een schone lenshouder. Spoel de lenshouder daarom dagelijks na gebruik met de contactlensvloeistof af. Wrijf de houder daarna droog met een schone, niet pluizende tissue.

HOE HAALT U DE LENZEN UIT?

STAP 1.

Was ook nu weer eerst uw handen en zet alle benodigdheden klaar.

STAP 2.

U bent nu klaar om de lenzen uit te halen. Houd hierbij ook weer dezelfde volgorde aan als bij het inzetten zodat u de linker- en rechterlens niet door elkaar haalt. Het openhouden van het oog is hetzelfde als met inzetten. Trek met de vrije hand het bovenooglid naar boven en met de middelvinger van de andere hand het onderooglid naar beneden. Zet dan duim en wijsvinger op de zijkanten van de lens. Breng ze naar elkaar toe om de lens te pakken. Als alternatief kunt u ook

eerst met de wijsvinger de lens naar beneden schuiven, zodat de lens wat opkrukt, en hem dan met duim en wijsvinger van het oog pakken. Raak bij het uitnemen niet met de nagels het oog of de lens aan.

HOE REINIGT U DE LENZEN?

U kunt de lenzen het beste altijd direct na het uithalen reinigen. U legt de lens met de bolle kant naar beneden in de handpalm. Voeg een aantal druppels vloeistof toe en wrijf vervolgens zachtjes over de lens heen. Zorg ervoor dat u niet met uw nagels de lens aanraakt. Daarna spoelt u de lens af met dezelfde vloeistof.

HOE BEWAART U DE LENZEN?

Vul de lenshouder iedere dag na het reinigen van de lens met verse bewaarvloeistof. U kunt de gereinigde lens er nu inleggen. Zorg ervoor dat er voldoende vloeistof in de houder zit, zodat de lens helemaal onder de vloeistof ligt. Sluit na gebruik de fles vloeistof goed af. De houder dient minimaal vier keer per jaar te worden vervangen. Wanneer u gebruik maakt van een peroxidesysteem, vervangt u de houder vaker. Dat is afhankelijk van wat het systeem voorschrijft.

LENZEN EN SPORTEN?

Sporten met lenzen kan prima. Het is zelfs verstandiger, omdat je zonder lenzen mogelijk diepte minder goed kunt inschatten. Dat is wel zo handig om bijvoorbeeld een bal goed te raken. Ook bieden lenzen meer bewegingsvrijheid dan een bril. U dient wel enkele voorzorgsmaatregelen in acht te nemen.

Gebruik daglenzen bij het sporten en zeker bij zwemmen. Water kan ooginfecties veroorzaken en zweet kan zorgen voor zoutafzetting op de lens. Daglenzen zijn daarom een hygiënische oplossing bij het sporten. Giet geen water in uw gezicht om af te koelen. Uw lens kan hierdoor loskomen of vervormen. Water over uw haar of achterhoofd gieten kan wel. Douche altijd zonder lenzen in.

CONTACT

Ieder oog is uniek. Daarom hebben wij geen standaard opbouwschema. Uw specialist bij Visser Contactlenzen geeft u een afgestemd opbouwadvies.

Heeft u nog vragen over het dragen van de zachte lenzen? Neem dan gerust contact op met Visser Contactlenzen via ons servicenummer **088 - 900 80 80**.

TIPS VOOR HET DRAGEN VAN CONTACTLENZEN

Het is van belang om regelmatig uw contactlenzen te laten controleren door een optometrist of contactlensspecialist. Daarnaast speelt het naleven van de juiste contactlenshygiëne een belangrijke rol om probleemloos contactlenzen te kunnen (blijven) dragen. Visser Contactlenzen heeft hiervoor de volgende adviezen opgesteld:



Vervanging en draagtijd volgens advies specialist.



Lenshouder na gebruik uitspoelen met contactlensvloeistof (geen water!), droogmaken met een schone tissue en elke drie maanden vervangen.



Voor het uithalen/inzetten: altijd handen wassen.



Dagelijks voorgeschreven, nieuwe vloeistof gebruiken. Let op houdbaarheid, ook na openen.



Geen water gebruiken.



Zet eerst uw lenzen in en breng daarna uw make-up aan. Bij het uithalen geldt: eerst de lenzen uithalen en daarna de make-up erafhalen.

VISSER

contactlenzen

comfortabel & veilig

St. Annastraat 93
Postbus 1383

6524 EJ Nijmegen
6501 BJ Nijmegen

T : +31 (0)88 900 80 80
E : info@vissercontactlenzen.nl
I : www.vissercontactlenzen.nl

