

Beim Spezialisten blühen die Augen auf.

Wissenswertes zu Ihren Kontaktlinsen





HERZLICHE GRATULATION!

Mit Ihrer Entscheidung für das Tragen von Kontaktlinsen haben Sie sich für die beste aller Sehhilfen entschieden – Sie werden Ihre Umwelt in Zukunft mit ganz neuen Augen entdecken.

Ihr Kontaktlinsenspezialist hat für Sie nach eingehender Untersuchung und Abklärung aller relevanten Details jene Kontaktlinsen ausgesucht, die nicht nur genau für Ihr Auge passen, sondern zusätzlich auch noch individuell auf Ihre Lebensgewohnheiten abgestimmt sind.

Um Ihre neuen Kontaktlinsen optimal nützen zu können, beachten Sie bitte unbedingt die Erklärungen Ihres Kontaktlinsenspezialisten und die Hinweise auf den Linsenpackungen!

Als besonderen Service haben wir auf den folgenden Seiten die wichtigsten Trage- und Pflegehinweise für Sie zusammengestellt. Damit Sie Ihren neuen Sehkomfort von Anfang an unbeschwert genießen können!

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit Ihren Kontaktlinsen vom Spezialisten!

INHALTSVERZEICHNIS

Aufsetzen	Seite	4
Absetzen von formstabilen Kontaktlinsen	Seite	5
Absetzen von weichen Kontaktlinsen	Seite	6
Tipps bei auftretenden Problemen	Seite	6
Tragedauer	Seite	9
Pflege und Aufbewahrung	Seite	9
Regelmäßige Kontrolle	Seite	11
Linsennachbestellung	Seite	12
Service	Seite	13
Vorsichtsmaßnahmen von A bis Z	Seite	13
Zeichenerklärung	Seite	15

Kontaktlinsenspezialisten sind entweder Fachärzte für Augenheilkunde und Optometrie, Augenoptikermeister oder Optometristen (akademisch ausgebildete Optiker). Augenoptiker und Optometristen müssen außerdem eine Zusatzausbildung mit abschließender Kontaktlinsenbefähigungsprüfung absolvieren. Dadurch ist gewährleistet, dass der Verkauf von Kontaktlinsen nur von Fachleuten mit fundierter Ausbildung und Erfahrung ausgeübt wird.

AUFSETZEN

Vorbereitung

Wenn Sie Ihre Kontaktlinsen möglichst lange und ohne Probleme tragen wollen, dann sind Sauberkeit und richtige Pflege unverzichtbare Voraussetzungen: Waschen und trocknen Sie Ihre Hände jedes Mal, bevor Sie mit den Linsen in Berührung kommen, und achten Sie auf Ihre Fingernägel: Sie sollten nicht zu lang sein und keine scharfen Kanten haben.

Beginnen Sie beim Auf- und Absetzen Ihrer Kontaktlinsen immer mit demselben Auge – so vermeiden Sie mögliche Verwechslungen.

Überprüfen Sie Ihre Linsen vor jedem Aufsetzen: Kontaktlinsen mit defektem Rand oder unregelmäßiger Oberfläche dürfen nicht mehr verwendet werden!

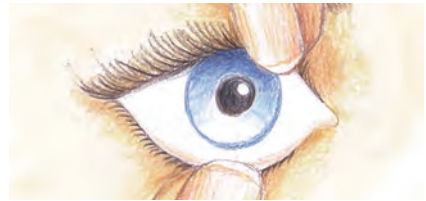


Weiche Linsen könnten außerdem umgestülpt sein. Sie erkennen das, wenn Sie die Kontaktlinse auf Ihren Finger legen und ihre Form laut der obenstehenden Grafik überprüfen. Wenn die Ränder nach innen gebogen sind, liegt die Linse richtig; sind die Ränder jedoch nach außen gebogen, müssen Sie die Linse vor dem Einsetzen umstülpen.

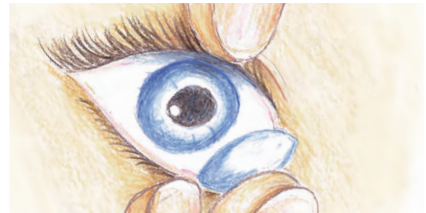
Das richtige Einsetzen

Nehmen Sie die erste Kontaktlinse aus der Aufbewahrungsbox, spülen Sie sie mit der empfohlenen Lösung ab und legen Sie sie auf Ihre Zeigefingerkuppe.

Ziehen Sie nun mit dem Mittelfinger derselben Hand das Unterlid nach unten und mit dem Zeigefinger der anderen Hand das Oberlid nach oben.



Jetzt setzen Sie die Kontaktlinse mit dem Zeigefinger sanft auf die Pupille auf.



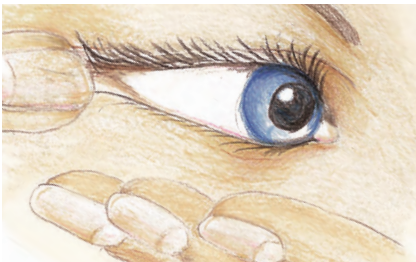
Mit der zweiten Kontaktlinse gehen Sie genauso vor. Sollten Sie mit dieser Methode Schwierigkeiten haben – keine Sorge: Es gibt auch noch weitere Möglichkeiten, Ihre Kontaktlinsen aufzusetzen. Ihr Kontaktlinsenspezialist berät Sie gerne.

ABSETZEN VON FORMSTABILEN KONTAKTLINSEN

Achten Sie auch beim Abnehmen Ihrer Kontaktlinsen darauf, dass Ihre Hände gewaschen und getrocknet sind und Ihre Fingernägel die Linsen nicht beschädigen können!

Method 1

Halten Sie eine geöffnete Hand unter das Auge und öffnen Sie die Augen weit. Legen Sie den Zeigefinger auf den äußeren Lidwinkel, ziehen Sie in Richtung Ohr und spannen Sie die Lider. Dann blinzeln Sie, und die Kontaktlinse fällt in Ihre geöffnete Hand.

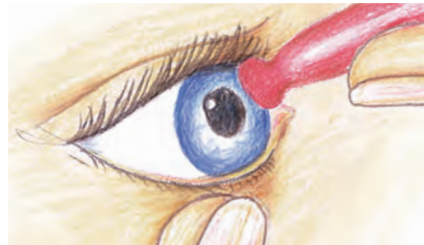


Method 2

Ziehen Sie mit beiden Zeigefingern die Lidkanten eines Auges ein wenig auseinander. Nun drücken Sie – immer noch mit dem Zeigefinger – leicht auf die obere Lidkante und schieben das Oberlid nach unten, während Sie gleichzeitig das Unterlid nach oben drücken. So löst sich die Kontaktlinse vom Auge.

Method 3

Bei dieser Methode wird ein Sauger verwendet: Prüfen Sie zuerst, ob die Linse auf der Pupille sitzt, dann setzen Sie den nassen Sauger mittig auf die Kontaktlinse. Ziehen Sie nun den Sauger samt der Linse mit einem leichten Kippen nach unten, weg vom Auge. Sie können die Kontaktlinse danach leicht vom Sauger abziehen.



Auch beim Absetzen der Linsen gilt: Sollten Sie mit den vorgeschlagenen Methoden nicht zurechtkommen, zeigt Ihnen Ihr Kontaktlinsenspezialist gerne noch weitere Möglichkeiten.

ABSETZEN VON WEICHEN KONTAKTLINSEN

Achten Sie auch beim Abnehmen Ihrer Kontaktlinsen darauf, dass Ihre Hände gewaschen und getrocknet sind und Ihre Fingernägel die Linsen nicht beschädigen können!

Method 1

Blicken Sie nach oben und erfassen Sie die weiche Linse mit Daumen und Zeigefinger am Rand im unteren Bereich. Dabei falten Sie die Linse ein wenig auf – so lässt sie sich leicht vom Auge nehmen.



Method 2

Blicken Sie nach oben und ziehen Sie mit dem Zeigefinger die Linse nach unten in die weiße Augenhaut (Sklera). Danach erfassen Sie die weiche Linse mit Daumen und Zeigefinger am Rand im unteren Bereich. Dabei falten Sie die Linse ein wenig auf – so lässt sie sich leicht vom Auge nehmen.

Anschließend reinigen Sie die Kontaktlinse durch leichtes Massieren in Ihrer hohlen Hand. Verwenden Sie dazu ein paar Tropfen eines Tensid- oder Alkoholreinigers. Danach muss die Kontaktlinse am besten mit unkonservierter Kochsalzlösung gut ab gespült werden, bevor Sie sie im mit frischer Aufbewahrungsfülligkeit gefüllten Behälter lagern.

TIPPS BEI AUFTRETENDEN PROBLEMEN

Wenn die Kontaktlinse verrutscht

Harte Linsen:

Keine Panik, die Kontaktlinse kann nicht einfach „hinter dem Auge verschwinden“! Tasten Sie bei geschlossenen Lidern das Auge mit den Fingern ab, bis Sie die Linse gefunden haben. Dann schauen

Sie in die entgegengesetzte Richtung und massieren die Kontaktlinse sanft wieder auf die Hornhaut zurück. Sie können sie aber auch in den unteren Teil Ihres Augapfels massieren und die Linse mit dem Sauger herausnehmen. Spülen Sie die Kontaktlinse danach mit der empfohlenen Lösung ab und platzieren Sie sie vorsichtig wieder auf der Pupille.

Weiche Linsen:

Tasten Sie bei geschlossenen Lidern das Auge mit den Fingern ab, bis Sie die Linse gefunden haben. Dann schauen Sie in die entgegengesetzte Richtung und massieren die Kontaktlinse sanft in den unteren Teil Ihres Auges. Die Linse ist dann meistens zusammengefaltet und kann nun leicht mit den Fingern entfernt werden. Danach mit der empfohlenen Lösung abspülen und vorsichtig wieder auf der Pupille platzieren.

Wenn die Kontaktlinse nicht mehr zu finden ist

Wenn eine Kontaktlinse richtig auf der Hornhaut platziert ist, dann verrutscht sie nur sehr selten. Sollte dies trotzdem einmal passieren und Sie die Linse nicht mehr finden, dann blicken Sie nach unten in einen Spiegel und ziehen gleichzeitig das Oberlid nach oben. Danach ziehen Sie das Unterlid nach unten und überprüfen die untere Augenhälfte. Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob sich die Linse vielleicht doch noch in Ihrem Auge befindet, suchen Sie Ihren Kontaktlinsenspezialisten auf.

Wenn sich die Kontaktlinse am Auge festsaugt

Wenn sich Ihre Kontaktlinse nicht mehr bewegt, dann träufeln Sie ein paar Tropfen der empfohlenen Lösung ins Auge und warten Sie einen Moment. Sobald sich die Linse von selbst wieder bewegt,

versuchen Sie, ob sie sich herausnehmen lässt. Sollte sich die Beweglichkeit der Linse nicht verbessern, dann suchen Sie bitte unverzüglich Ihren Kontaktlinsenspezialisten auf.

Wenn die Kontaktlinse herunterfällt**Harte Linsen:**

Reinigen Sie die Linse mit einem Alkohol- oder Tensidreiniger zwischen Daumen und Zeigefinger bzw. Mittelfinger und spülen Sie sie gründlich mit der von Ihrem Kontaktlinsenspezialisten empfohlenen Lösung ab, bevor Sie sie wieder einsetzen.

Weiche Linsen:

Träufeln Sie ein paar Tropfen von einem Alkohol- oder Tensidreiniger in die hohle Handfläche und reinigen Sie ihre Linse durch leichtes Reiben im „Reinigersee“. Anschließend spülen Sie die Linse gründlich mit der von Ihrem Kontaktlinsenspezialisten empfohlenen Lösung ab, bevor Sie sie wieder einsetzen.

Sollten Sie keinen Reiniger haben, sondern nur eine All-in-One-Lösung besitzen, dann machen Sie dieselbe Prozedur mit dieser Lösung. Am besten wäre es, wenn die Linse vor dem Einsetzen eine Nacht in der desinfizierenden Aufbewahrungslösung sein könnte.

Weiche Tageslinsen reinigt man nach dem Herunterfallen auf den Boden nicht, sondern entsorgt sie sofort und nimmt sich eine neue Linse aus der Verpackung.

Wenn die Kontaktlinse beim Aufsetzen Irritationen hervorruft

Das kann durch Staubpartikel o. ä. verursacht werden. Nehmen Sie die Kontaktlinse ab und spülen Sie sie gründlich mit der von Ihrem Kontaktlinsenspezialisten empfohlenen Lösung, bevor Sie sie wieder einsetzen.

Sollte das Fremdkörpergefühl danach immer noch nicht weg sein, dann lassen Sie Ihre Linsen bei Ihrem Kontaktlinsenspezialisten auf etwaige Beschädigungen überprüfen. Wenn das Fremdkörpergefühl wider Erwarten auch ohne eingesezte Linse zu spüren sein sollte, suchen Sie Ihren Kontaktlinsenspezialisten auf.

Bei Trockenheit im Auge

Ein trockenes Gefühl im Auge kann durch zu wenige oder unvollständige Lidschläge hervorgerufen werden. Hier gibt es mehrere Möglichkeiten zur Behebung des Problems – Ihr Kontaktlinsenspezialist empfiehlt Ihnen sicher eine funktionierende Variante.

1. Blinzeln Sie bewusst häufiger und vor allem komplett, damit Auge und Linse wieder besser befeuchtet werden.
2. Blicken Sie ganz nach unten, schließen Sie Ihre Augen und ziehen Sie Ihre Augenbrauen hoch. Dabei blicken Sie unter den geschlossenen Lidern hin und her: Nach dem Öffnen wird es in den äußeren Lidwinkeln feuchter sein.

3. Lassen Sie von Ihrem Kontaktlinsenspezialisten die Oberfläche der Linsen mit dem Spaltlampenmikroskop kontrollieren und sich etwaige Änderungen in der Kontaktlinsenpflege empfehlen.
4. Lassen Sie sich von Ihrem Kontaktlinsenspezialisten Nachbenetzungstropfen, einen Nachbenetzungsspray oder eine spezielle Lidpflege empfehlen.
5. Lassen Sie Ihre Linsen von Ihrem Kontaktlinsenspezialisten intensiv reinigen.
6. Vorbeugend sollten Sie versuchen, sich gesund und ausgewogen zu ernähren und darauf zu achten, dass Sie genug trinken.
7. Achten Sie darauf, dass Sie mit Ihrer Nahrung ausreichend Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren zu sich nehmen (eventuell auch in Form von Kapseln).



TRAGEDAUER

Während der Eingewöhnungsphase sollten Sie die Tragedauer langsam steigern, bis die maximale Tragedauer erreicht ist. Halten Sie sich dabei bitte genau an die Anweisungen Ihres Kontaktlinsenspezialisten bzw. an die Angaben in Ihrem Tragezeitenpass!

Ihr Kontaktlinsenspezialist hat Ihnen auch erklärt, in welchen Intervallen Sie Ihre Linsen austauschen sollen, damit eine sichere Anwendung garantiert ist.

Diese empfohlenen Tragezeiten und Austauschintervalle sollen unbedingt beachtet werden!

Tragen Sie Ihre Kontaktlinsen nie über Nacht – außer sie sind speziell dafür vorgesehen! Sollten Sie unbeabsichtigt für kurze Zeit mit Kontaktlinsen einschlafen, so können Sie ein auftretendes Trockenheitsgefühl mit ein paar Lid-schlägen oder mit Nachbenetzungstropfen beseitigen.

PFLEGE und AUFBEWAHRUNG

(Die folgenden Zeilen müssen Sie nicht lesen, wenn Sie Eintageslinsen verwenden.)

Auch bei der richtigen Pflege und Aufbewahrung Ihrer Kontaktlinsen spielen Regelmäßigkeit und Sorgfalt eine wichtige Rolle. Ihr Kontaktlinsenspezialist hat die Pflegeserie auf Ihre Kontaktlinsen abgestimmt – bitte verwenden Sie keine anderen Pflegemittel und achten Sie darauf, dass das Ablaufdatum noch nicht überschritten ist!

Reinigen Sie Ihre Kontaktlinsen immer gleich nach dem Absetzen! Dazu geben Sie einige Tropfen der empfohlenen Reinigungslösung auf beide Seiten der har-

ten Linsen und verreiben diese mindestens 20 Sekunden lang sanft zwischen Daumen und Zeigefinger:

Weiche Linsen reinigen Sie durch sanftes Massieren der Linse in einem „See“ aus Reiniger in Ihrer hohlen Hand.

Spülen Sie die Kontaktlinse anschließend gründlich mit Abspüllösung (bei harten Linsen auch mit sauberem Wasser) ab. Dann legen Sie sie in den Kontaktlinsenbehälter, den Sie zuvor mit frischer (!) Aufbewahrungsflüssigkeit gefüllt haben.

Die Aufbewahrungsflüssigkeit desinfiziert die Kontaktlinsen – meist über Nacht. Damit sie lange genug (in der Regel mindestens sechs Stunden) einwirken kann,

halten Sie sich bitte genau an die Hinweise des Herstellers!

Eventuell hat Ihnen Ihr Kontaktlinsenspezialist noch zusätzlich spezielle Reiniger oder Proteinentferner empfohlen, die Sie in bestimmten Intervallen verwenden sollen, um Ihre Linsen optimal zu reinigen.

Wenn Sie Ihre Kontaktlinsen wieder aus dem Aufbewahrungsbehälter herausnehmen, schütten Sie die Lösung sofort weg, spülen Sie den Linsenbehälter ab und lassen Sie ihn offen an der Luft trocknen. Die Aufbewahrungslösung darf nur einmal verwendet werden!

Geben Sie Keimen keine Chance und reinigen Sie daher den Kontaktlinsenbehälter regelmäßig (mindestens einmal wöchentlich)!

Behälter für harte Linsen sollten außerdem alle drei bis sechs Monate ausgetauscht werden. Wenn Sie weiche Linsen tragen, erhalten Sie meist automatisch mit der neuen Pflegemittelflasche einen frischen Behälter dazu.

Wenn Sie Ihre Kontaktlinsen über einen längeren Zeitraum nicht getragen haben

Harte Linsen reinigen und spülen Sie wie üblich und geben vor dem Wiedereinsetzen einen Tropfen Aufbewahrungslösung auf die Ober- und Unterseite der Linse.

Bei weichen Linsen genügt es, wenn Sie am Vorabend vor dem Wiedereinsetzen die Aufbewahrungsflüssigkeit wechseln.

Sollten Sie Ihre Kontaktlinsen über einen Zeitraum von mehr als vier Wochen nicht getragen haben, dann ist es am besten, sie wegzuworfen und durch neue zu ersetzen.

Individuelle Linsen bringen Sie vor einer längeren Tragepause am besten zu Ihrem Kontaktlinsenspezialisten. Sie werden dort sterilisiert und verplombt und können danach jahrelang gelagert werden.

Denken Sie auch daran, dass es bei übermäßiger Sonneneinstrahlung (über 26°C) auf Ihre Kontaktlinsen und die Aufbewahrungsflüssigkeit zu irreversiblen Deformationen kommen kann!

Lassen Sie Aufbewahrungslösungen oder Kochsalzlösungen nie offen stehen, sondern verschließen Sie sie sofort nach der Verwendung. Die Flüssigkeiten könnten übersäuern oder von Mikroorganismen kontaminiert werden.



REGELMÄSSIGE KONTROLLE

Regelmäßige Nachkontrollen bei Ihrem Kontaktlinsenspezialisten sind unerlässlich für ein erfolgreiches und gesundes Tragen von Kontaktlinsen.

Tragezeiten, Austauschrhythmus oder wichtige Werte können sich ändern, und Sie sollten daher Ihre weichen Linsen zweimal jährlich überprüfen lassen. Bei harten Linsen oder Tageslinsen, die nur sporadisch getragen werden, genügt auch eine jährliche Kontrolle.

Ihr Kontaktlinsenspezialist kontrolliert dabei den Linsensitz, den Zustand der Hornhaut und des vorderen Augenabschnitts sowie die Sehschärfe. Außerdem überprüft er die Kontaktlinsenoberfläche auf Ablagerungen und ihren Benetzungszustand, damit Ihre Augen und Ihre Kontaktlinsen auch weiterhin optimal zusammenpassen.

Sollten beim Tragen irgendwelche Probleme auftreten, so warten Sie nicht bis zum nächsten Kontrolltermin, sondern nehmen Sie Ihre Linsen ab und gehen Sie sofort zu Ihrem Kontaktlinsenspezialisten (siehe dazu auch Kapitel „Vorichtsmaßnahmen“)!

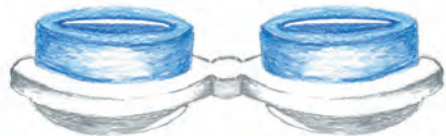
Beachten Sie: Falsche Kontaktlinsen reduzieren die Versorgung der Hornhaut mit Sauerstoff und Nährstoffen und können Augenirritationen und Sichtveränderungen nach sich ziehen. Im schlimmsten Fall können unpassende Linsen zu Hornhautverletzungen, Entzündungen oder allergischen Reaktionen, ja sogar bis zur Erblindung führen! Bei Ihrem Kontaktlinsenspezialisten sind Sie immer bestens aufgehoben.



LINSENNACHBESTELLUNG

Gehen Sie auf Nummer sicher, wenn Sie Ihre Kontaktlinsen nachbestellen wollen: Nur bei Ihrem Spezialisten können Sie sicher sein, dass Sie wirklich das bekommen, was Ihre Augen brauchen!

- Ihr Kontaktlinsenspezialist verkauft Ihnen garantiert nur jene Linsen samt Pflegeserie, die individuell auf Ihr Auge und Ihre Tragesituation abgestimmt sind. Ein Irrtum, Verwechslungen oder auch geringe Abweichungen mit weitreichenden Folgen sind dadurch ausgeschlossen.
 - Ihr Kontaktlinsenspezialist bietet Ihnen nicht nur neue Linsen, sondern auch regelmäßige Nachkontrolle und damit die Sicherheit, das Richtige für Ihre Augen zu tun. Sollten sich Ihre Anforderungen an Kontaktlinsen zwischenzeitlich geändert haben, kann sofort darauf reagiert werden. So sind Sie immer optimal versorgt.
- Ihr Kontaktlinsenspezialist hat eine große Auswahl an unterschiedlichen Linsen vorrätig. Sie erhalten daher immer die hundertprozentig richtige Linse für Ihr Auge und ersparen sich mögliche Folgeschäden durch falsch sitzende Kontaktlinsen. Falls trotzdem einmal ein Produkt bestellt werden muss, werden Sie vom Eintreffen der Kontaktlinsen umgehend benachrichtigt, oder die Linsen werden Ihnen mit der Post zugesandt.
 - Ihr Kontaktlinsenspezialist weiß, wie man mit Kontaktlinsen umgeht. Er garantiert Ihnen, dass die Linsen vor dem Kauf zu 100 % richtig und sorgfältig gelagert worden sind. Sie vermeiden dadurch das Risiko, Ihre Augen durch beschädigte Linsen zu verletzen.



SERVICE BEI IHREM KONTAKTLINSENSPEZIALISTEN

Ihr Kontaktlinsenspezialist steht Ihnen jederzeit für kompetente Auskünfte bei Fragen oder Problemen zur Verfügung und versorgt Sie gerne mit speziellen Tipps rund ums Tragen von Kontaktlinsen.

Ihr Kontaktlinsenspezialist kann Auffälligkeiten am Auge erkennen und einer medizinischen Abklärung zuführen.

Ihr Kontaktlinsenspezialist kann falsch behandelte Linsen überprüfen und zur Weiterverwendung „freigeben“ oder eventuell auch reparieren. Das erspart Ihnen die Kosten für den Kauf neuer Linsen.

Darüber hinaus können Sie in ausgewählten Geschäften noch folgende Serviceleistungen in Anspruch nehmen:

- Unverbindliches Probetragen
- Probemonat
- Kostenloser Austausch innerhalb eines Monats
- Überbrückungsservice bei Beschädigung oder Verlust

VORSICHTSMASSNAHMEN von A - Z

Kontaktlinsen sind Medizinprodukte, die direkt auf dem Auge sitzen, und haben somit direkten Kontakt mit Ihrem wichtigsten Sinnesorgan, dem Auge.

Gehen Sie daher besonders sorgfältig mit ihnen um und beachten Sie auch die folgenden Vorsichtsmaßnahmen:

Allergien, Krankheit, Hormonumstellungen

Diese können die Verträglichkeit Ihrer Kontaktlinsen vorübergehend beeinträchtigen. Ihr Kontaktlinsenspezialist berät Sie gerne, in welcher Form Sie Ihre Linsen weiter tragen können.

Berührung mit Chemikalien

Wenn Ihre Augen mit Chemikalien, wie z. B. Haushaltsmitteln, in Berührung gekommen sind, dann spülen Sie sie sofort mit viel Wasser und suchen Sie umgehend einen Augenarzt oder eine Klinikambulanz auf!

Außerdem sollten Sie Rauch sowie schädliche Dämpfe und Staub vermeiden, wenn Sie Kontaktlinsen tragen.

Einnahme von Medikamenten

Bitte informieren Sie Ihren Kontaktlinsenspezialisten, bevor Sie Augenmedikamente (z. B. Augentropfen) nehmen!

Bestimmte Medikamente (u. a. auch solche gegen Reisekrankheit) können zu Augentrockenheit, Fremdkörpergefühl oder zu verschwommenem Sehen führen.

Gegenanzeigen

Wenn beim Tragen von Kontaktlinsen eines der folgenden Probleme auftaucht, sollten Sie Ihre Linsen sofort absetzen und Ihren Kontaktlinsenspezialisten aufsuchen: Entzündungen, Infektionen und Augenverletzungen, veränderte Hornhautsensibilität, Allergien, Erkrankungen, Verletzungen oder Veränderungen von Hornhaut und/oder Lidern, mangelnde Tränenflüssigkeit, erhöhtes Fremdkörpergefühl, Augenrötungen, ungewöhnliche Lichtempfindlichkeit, Stechen, Brennen, Schmerzen, plötzlich verschlechtertes Sehen, Sekretbildung am Auge, übermäßiger Tränenfluss, Nebelsehen, trockene Augen, Regenbögen oder Lichthöfe um Lichtquellen.

Reisen und Urlaub

Sorgen Sie für einen ausreichenden Pflegemittelvorrat und setzen Sie diesen keiner direkten Sonneneinstrahlung aus! Die Flüssigkeiten sollten kühl gelagert und nicht über 26° C erhitzt werden.

Schminken

Sie müssen als Kontaktlinsenträgerin nicht aufs Schminken verzichten, sollten aber darauf achten, dass Sie keine Kosmetika ans Auge bringen. Setzen Sie Ihre Linsen ein, bevor Sie mit dem Schminken beginnen. Tragen Sie Kajal oder ähnliche Lidstriche nur unter der Wimpernlinie

auf, damit keine Drüsenausführgänge in Ihren Lidkanten verstopft und die Linsen nicht verschmutzt werden. Nehmen Sie Ihre Linsen vor dem Abschminken ab, und verwenden Sie nur fettfreie und wasserlösliche Make-up-Entferner. Am besten erkundigen Sie sich bereits beim Kauf von Kosmetika nach ihrer Linsenverträglichkeit.

Schwimmen

Der Kontakt Ihrer Linsen mit Wasser beim Schwimmen erhöht die Gefahr einer Augeninfektion. Außerdem ist das Schwimmen die häufigste Ursache für den Verlust von Kontaktlinsen. Verwenden Sie beim Wassersport daher eine Schwimmbrille über den Kontaktlinsen. Fragen Sie am besten vorher Ihren Kontaktlinsenspezialisten.

Seife

Verwenden Sie keine Creme-, Parfüm- oder Deoseife, bevor Sie ihre Kontaktlinsen berühren, sondern benutzen Sie nur milde Seifen und spülen Sie Ihre Hände danach gut ab.

Sprays

Wenn Sie beim Tragen von Kontaktlinsen Haarsprays o. ä. verwenden, dann halten Sie die Augen so lange geschlossen, bis sich der Spray verflüchtigt hat.

Teilen

Teilen Sie Ihre Kontaktlinsen nie mit anderen Menschen! Sie erhöhen dadurch die Gefahr von Augeninfektionen.

Trockene Umgebung






Der Aufenthalt in überheizten Räumen, im Auto oder Flugzeug kann zu einer Verminderung des Tragekomforts führen. Bei Beschwerden kann Ihnen Ihr Kontaktlinsenspezialist eine geeignete Benetzungslösung empfehlen.

UV-Schutz

Kontaktlinsen – auch solche mit UV-Filter – sind kein Ersatz für Sonnenbrillen, weil sie das Auge nicht vollständig bedecken.

ZEICHENERKLÄRUNG

Die vielen Symbole auf den Kontaktlinsenbehältern können manchmal etwas verwirrend sein. Die folgenden Erläuterungen sollen Ihnen bei der richtigen Handhabung Ihrer Linsen helfen:

	Gebrauchsanweisung beachten
	Verwendbar bis (Verfallsdatum)
	LOT-Nummer
DIA	Durchmesser
BC	Basiskurve
D	Kontaktlinsenwirkung (Dioptrien)
	EU-Konformitätszeichen
	UV-Schutz
CYL	Zylinder
AXIS	Achse

