

+7 (963) 745-11-19

<http://glazoloop.ru/>

Glazoloop.ru

А знаете ли Вы,
как **правильно**

ухаживать за линзами,

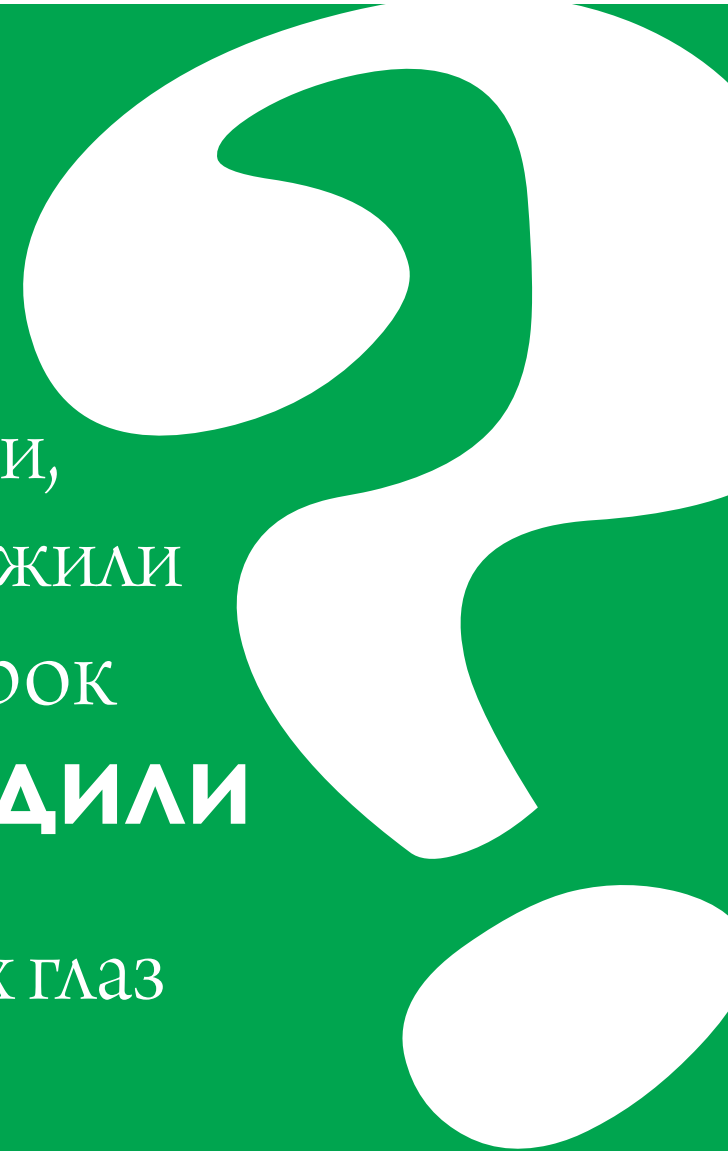
чтобы они отслужили

положенный срок

и **не навредили**

здоровью

Ваших глаз





+7 (963) 745-11-19

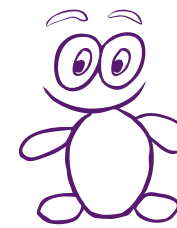
<http://glazoloop.ru/>

Glazoloop.ru

Уход за контактными линзами
плановой замены занимает
совсем немного времени



Просто следуйте
нашему простому
пошаговому руководству
по уходу за контактными линзами
в конце каждого дня!



Как правильно снять контактные линзы

1 Прежде чем снять контактные линзы, следует тщательно вымыть руки с мылом (желательно использовать антибактериальное жидкое средство гигиены, не содержащее отдушек).

Затем нужно тщательно смыть мыло и протереть руки безворсовым полотенцем.

4 Очищать контактные линзы надо всегда сразу после того, как вы сняли их с глаз.

Положите контактную линзу на чистую сухую ладонь.

Капните на нее несколькими каплями раствора для очистки.

Бережно потрите заднюю и переднюю поверхность одним пальцем.

С помощью нескольких дополнительных капель раствора промойте контактную линзу.

2 Оба отделения контейнера для контактных линз нужно наполнить свежим дезинфицирующим раствором.

Чтобы не спутать одну контактную линзу с другой, нужно надевать и снимать их с одного и того же глаза, к примеру, с правого.

5 Положите контактную линзу в чистый контейнер.

ПОВТОРИТЕ ШАГИ 2-5
ДЛЯ ДРУГОЙ КОНТАКТНОЙ ЛИНЗЫ

3 Склоните голову вперед, смотрите вверх.

Указательным пальцем сместите линзу вниз на склеру.

Осторожно сожмите линзу между указательным и большим пальцем и снимите ее.

Такой способ позволяет избежать травм роговицы.

6 Закройте контейнер и оставьте в нем линзы на ночь.

С помощью **правильного очищения и промывания** контактных линз можно удалить **до 90 % бактерий**, попавших на них за день, что является **очень важным** для сохранения **здоровья наших глаз!**

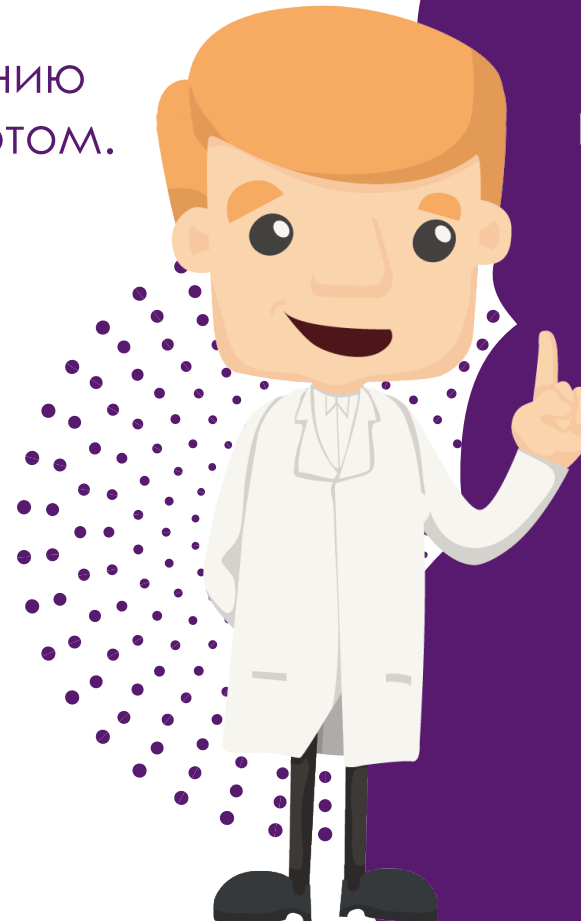


Не забывайте о контейнере для линз!

Он должен быть так же чист, как и сами линзы, иначе загрязнения с него могут попасть на них, вызывая ощущение дискомфорта при ношении.

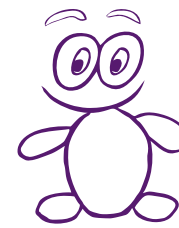
Соблюдение нескольких простых рекомендаций по уходу и сохранению чистоты контейнера помогут вам в этом.

- **Надев контактные линзы, нужно вылить раствор из контейнера.**
- **Промойте контейнер свежим дезинфицирующим раствором.**
- **Оставьте контейнер сушиться на воздухе, поставив его на чистую салфетку вверх дном.**
- **Регулярно меняйте контейнер, не реже 1 раза в месяц.**



ПОМНИТЕ:

контейнер следует сушить в **хорошо проветриваемом** помещении с **невысокой влажностью** (например, в спальне, а не в ванной).



Как правильно надевать контактные линзы?

Перед тем как надеть линзы, вымойте руки с мылом, не содержащим душистые и смягчающие добавки.

Остатки мыла тщательно смойте с рук под проточной водой.

Ногти должны быть короткими и чистыми.

Проверьте, не вывернута ли линза наизнанку, нет ли на ней соринки, не повреждены ли края.

Перед тем как надеть линзу, сполосните ее небольшим количеством раствора и больше не дотрагивайтесь руками до ее внутренней поверхности.

Установите правило: какую линзу, правую или левую, вы будете надевать первой.

Надевая правую линзу, смотрите наверх и налево, левую – наверх и направо.

Оттяните пальцем левой руки нижнее веко вниз.

Правой рукой установите линзу на глаз, слегка нажмите на линзу и, не моргая, уберите руку.

Отпустите нижнее веко и медленно закройте глаза.

Положите на верхнее веко два пальца и слегка помассируйте его, чтобы удалить воздушный пузырь из-под линзы и правильно установить линзу на роговице.

Если линза сместилась в угол глаза, вверх или вниз, то кончиком пальца переведите ее на роговицу или легким нажатием на верхнее или нижнее веко подтолкните линзу к роговице и отцентрируйте ее.

Закройте глаза на несколько секунд, чтобы поверхность линзы покрылась слезной пленкой.

Если после надевания линзы чувствуется дискомфорт, снимите ее и проверьте, правильно ли она надета, сполосните и снова наденьте.



Рекомендации для прекрасных дам

В самые первые дни ношения линз, когда проходит период адаптации, необходимо отказаться от туши для ресниц, использования искусственных ресниц, применения жирных кремов для лица.

Полная адаптация к контактным линзам наступает через 2–4 недели, когда отсутствуют покраснение глаз, слезотечение, чувства инородного тела.

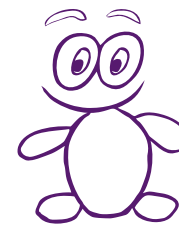
Носите линзы перед нанесением макияжа, а снимайте до того, как будете его смывать.

Наносите косметику после надевания контактных линз, а удаляйте косметику после снятия линз.

Используйте специальную косметику на водной основе.

Не допускайте попадания на линзы аэрозольных капель и брызг посторонних жидкостей.

Избегайте попадания косметики, лака для волос и ногтей, а также любых других окрашенных веществ на поверхность линз.



■ Совет выбросить контактные линзы, чей рекомендованный срок ношения уже истёк, но которые по-прежнему обеспечивают хорошее зрение и комфорт при ношении, кажется нелогичным, но помните, что заболевания глаз на ранних стадиях зачастую протекают бессимптомно, и резкое ухудшение зрения может стать для вас неприятной неожиданностью.

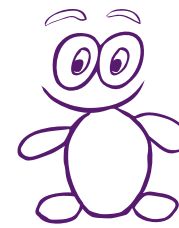
■ Во избежание осложнений чрезвычайно важно соблюдение графика замены контактных линз, рекомендованного офтальмологом.

■ Это поможет вам предотвратить возникновение глазных проблем.

■ В случае возникновения каких-либо сомнений всегда делайте выбор в пользу новой пары линз.

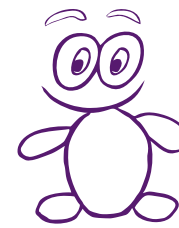
■ Несоблюдение правил использования контактных линз, как и любого другого медицинского изделия, влечет за собой потенциальный риск для здоровья ваших глаз!





Наши краткие рекомендации

- Подбирайте контактные линзы только у врача офтальмолога.
- Строго выполняйте рекомендации офтальмолога по обращению и уходу за контактными линзами.
- Используйте современные типы контактных линз.
- Никогда не используйте чужих контактных линз.
- Всегда берите в руки только одну линзу, чтобы не путать правую и левую линзу.
- Не допускается нахождение в линзах в помещениях с атмосферой, насыщенной испарениями химических веществ, а также в цехах по обработке металлов.
 Попадающие в глаза и на поверхность линз аэрозольные вещества (лаки, краски, инсектициды) вызывают раздражение глаз, повреждают линзы и уменьшают срок их службы.



Наши краткие рекомендации

- Не рекомендуется плавать и купаться, принимать душ и другие водные процедуры в надетых на глаза контактных линзах.
- При каждом снятии линз обязательно производите их очистку, промывку и дезинфекцию.

Любые контактные линзы, которые носят более одного раза, необходимо промывать и дезинфицировать перед повторным надеванием.

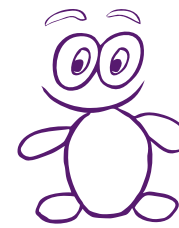
В противном случае болезнетворные микробы могут вызвать воспаление глаз, а на поверхности линз образуются отложения белков, жиров и кальция, содержащихся в слезной жидкости.

Образование отложений приводит к ухудшению комфорта при ношении линз и снижает сопротивляемость ваших глаз различным инфекциям.
- Не оставляйте линзы дневного ношения на глазах на ночь без разрешения врача-офтальмолога, потому что в этом случае глаза могут испытать недостаток кислорода.



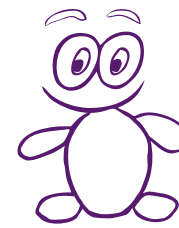
Наши краткие рекомендации

- Ни в коем случае не берите линзы в рот и не используйте слюну для их очистки.
- Не используйте одновременно различные системы ухода за контактными линзами.
Пользуйтесь только той системой, которая рекомендована Вашим офтальмологом.
- Не пользуйтесь раствором и каплями для глаз с истекшим сроком годности.
- Контактные линзы нельзя высушивать.
Линза должна находиться либо на глазу, либо в специальном растворе.
Если Вы случайно её высушили, она уже является непригодной для использования и её нужно выбросить.
- Не используйте водопроводную воду, чтобы очищать контейнер или ухаживать за линзами!
Только специализированный многофункциональный раствор способен помочь правильно очистить средство коррекции и контейнер.



Наши краткие рекомендации

- Храните линзы и средства ухода в дверце холодильника, особенно это актуально, если вы носите линзы не каждый день.
- Храните линзы в специальном закрытом контейнере для линз с чистым раствором.
При укладывании линз в контейнер ячейки контейнера должны быть полностью залиты раствором.
- Желательно всегда иметь при себе контейнер с чистым раствором (на случай непредвиденных обстоятельств).
Меняйте контейнер для линз не реже 1 раза в месяц.
Бактерии образуют пленки на поверхности пластмассы, из которой изготовлен контейнер.
Эти пленки гораздо устойчивее к дезинфицирующим растворам, чем взвесь бактерий в растворе, что повышает риск инфицирования глаз.
- Не используйте раствор для линз более шести месяцев с момента открытия бутылки.



Наши краткие рекомендации

- Перед использованием глазных капель, мазей и других лекарственных средств необходимо проконсультироваться с офтальмологом.
- Воспалительные заболевания глаз, а также простудные заболевания требуют временного прекращения ношения линз.
На это время Вам обязательно будут нужны очки.
Очки также потребуются, если Вы случайно порвете линзу и у Вас не окажется новой линзы на замену.
- В случае возникновения покраснений, раздражений, ухудшения зрения и других неблагоприятных реакций следует немедленно обратиться к офтальмологу.



+7 (963) 745-11-19

<http://glazolooop.ru/>

Glazolooop.ru



Надеемся,
что наши рекомендации
ОКАЗАЛИСЬ для Вас
ПОЛЕЗНЫМИ
и помогут Вам
комфортно
без ущерба
для **здоровья**
НОСИТЬ
КОНТАКТНЫЕ ЛИНЗЫ

