

Lentile de contact

Aplicarea si scoaterea lentilelor de contact este un procedeu simplu. Dupa cateva exercitii, vei deveni un profesionist. Iata cateva sfaturi utile:

- Intotdeauna, inainte de a manevra lentilele de contact. spala-te pe maini cu apa si sapun si usuca-le cu un prosop care nu lasa scame.
- Spala, clateste si dezinfecteaza lentilele dupa fiecare utilizare. Respecta recomandarile si instructiunile specialistului tau oftalmolog.
- Incepe de fiecare data, la aplicare sau scoatere, cu aceeași lentila pentru a evita confuzia lentilei de pe ochiul drept cu cea de pe ochiul stang.

Aplicarea lentilelor pe ochi

1. Este indicat sa clatesti fiecare lentila cu putina solutie Biotrue sau ReNu MultiPlus inainte de aplicare
2. Pune o lentila pe varful degetului doi (index) de la mana cu care esti obisnuit sa scrii. Asigura-te ca lentila este in pozitie corecta (marginile acesteia trebuie sa stea in sus, sa nu fie lasate).
3. Priveste drept inainte. Trage in jos de marginea pleoapei inferioare cu degetul trei de la aceeași mana.
4. Trage in sus de pleoapa superioara cu degetul doi (index) de la cealalta mana si priveste in sus.
5. Aplica usor lentila in partea de jos, pe zona alba a ochiului.
6. Retrage degetul si da drumul pe rand pleoapelor.
7. Priveste in jos si inchide apoi ochii pentru putin timp. Lentila se va aseza si centra singura.
8. Repeta procedeu si pentru cealalta lentila.

Scoaterea lentilelor de pe ochi

1. Poti folosi o picatura oculara lubrifianta cum ar fi Biotrue Drops sau ReNu Drops, chiar inainte de scoaterea lentilelor. Cate o picatura aplicata in fiecare ochi te va ajuta sa scoti mai usor lentilele.
2. Priveste in sus si trage usor de marginea pleoapei inferioare cu degetul trei de la mana cu care esti obisnuit sa scrii.
3. Pune degetul doi (index) de la aceeași mana pe marginea inferioara a lentilei si trage lentila pe zona alba a ochiului.
4. Apuca usor lentila intre degetul mare si index si scoate-o de pe ochi.
5. Repeta procedeu si pentru cealalta lentila.
6. Daca marginile lentilei se lipesc, pune lentila respectiva in palma, aplica putina solutie si freaca usor lentila pana se desfac marginile acesteia.

Aceste sfaturi te vor ajuta, inasa trebuie intotdeauna sa urmezi recomandarile specialistului tau oftalmolog.