



1) Lava e asciuga sempre le tue mani prima di manipolare la lente a contatto

2) Rimuovi la prima lente dal contenitore, sciacquala con della soluzione salina / unica pulita

3) Applica la prima lente a contatto.
Ripeti per l'altra lente il punto 2 e 3

4) Svuota il contenitore, sciacqualo con della soluzione pulita e asciugalo con un fazzoletto pulito.
Appoggia il contenitore e i tappi rivolti verso il basso su un fazzoletto pulito.

a) Lava e asciuga sempre le tue mani prima di manipolare la lente a contatto.

b) Riempi il porta lenti fino al bordo con della soluzione unica / conservante.

c) Rimuovi la prima lente a contatto. Posizionala nel palmo e utilizzando qualche goccia di soluzione unica / detergente, massaggia delicatamente (almeno 15 secondi) entrambe le superfici della lente. Sciacqua accuratamente la lente con soluzione unica / salina pulita.

d) Posiziona la lente nel porta lente corretto. Chiudi bene il tappo.
Ripeti il punto c) e d) per l'altra lente.
Assicurati che le lenti siano completamente immerse nella soluzione.

e) Lasciare immersa la lente nella soluzione per almeno 6 ore, o per il numero di ore specificato sulle istruzioni della stessa.

Consigli base per la cura della lenti a contatto non usa e getta



Ricordati di seguire sempre le indicazioni del tuo contattologo, specifiche per le lenti a contatto che utilizzi





**1) Lava e asciuga
sempre le tue mani
prima di manipolare la
lente a contatto**

**2) Rimuovi la prima
lente dalla confezione.
Applica la lente a
contatto.
Ripeti per l'altra lente.**

**Consigli base per la
cura della lenti usa
e getta giornaliere**

**3) Butta via le
confezioni.
Ricordati di fare la
raccolta differenziata.**

**b) Rimuovi le lenti e
ricordati di buttarle via**



**a) Lava e asciuga
sempre le tue mani
prima di manipolare la
lente a contatto**



**Ricordati di seguire sempre le indicazioni del
tuo contattologo, specifiche per le lenti a
contatto che utilizzi**



La maggior parte dei portatori di lenti a contatto non sperimentano problemi con le lenti, tuttavia se non si seguono alcune semplici regole il rischio di sviluppare problemi potenzialmente molto seri aumenta.

SE AMI I TUOI OCCHI PRENDITI CURA DELLE TUE LENTI

Segui i consigli qui sotto per ridurre i rischi correlati all'uso delle lenti a contatto

COSA DEVO/POSSO FARE CON LE MIE LENTI A CONTATTO:

Effettuare controlli regolari
Lavare e asciugare sempre le mani prima di manipolare le lenti
Pulire, sciacquare e conservare nel modo corretto le lenti prima e dopo ogni utilizzo (ad esclusione delle lenti usa e getta giornaliere che devono sempre essere eliminate dopo l'utilizzo)
Pulire il porta-lenti e asciugare con un fazzoletto pulito farlo asciugare al rovescio
Partire sempre dalla stessa lente per applicarle e rimuoverle per evitare di scambiarle
Controllare che non siano al rovescio prima di inserirle
Controllare che non siano danneggiate prima di inserirle
Maneggiarle con delicatezza per evitare di danneggiarle
Applica le tue lenti prima di truccarti
Rimuovi le tue lenti prima di struccarti
Tieni gli occhi chiusi quando utilizzi spray o sostanze volatili
Sostituisci il tuo porta-lenti almeno una volta al mese
Elimina le soluzioni e le lenti quando scadute o aperte da più di «fare riferimento alle istruzioni sulla confezione».
Utilizza le lenti che ti sono state consigliate dal tuo contattologo
Segui le istruzioni del contattologo in termini di ore e giorni di porto delle lenti e sostituzione delle stesse.
Assicurati di avere lenti a sufficienza o un paio di scorta
Assicurati di avere un paio di occhiali con la correzione aggiornata da utilizzare quando non usi o non puoi usare le tue lenti a contatto

COSA **NON DEVO ASSOLUTAMENTE FARE CON LE MIE LENTI A CONTATTO**

Usare acqua del rubinetto o di altro tipo sulle lenti a contatto o contenitore
Dormire con le lenti a contatto, se non diversamente specificato dal tuo contattologo
Usare le lenti per nuotare o sport acquatici, a meno di non utilizzare occhiali protettivi
Inumidire le tue lenti con la saliva
Inserire le lenti cadute a terra o su altre superfici senza pulirle e disinfettarle nuovamente
Riusare o rabboccare la soluzione che deve essere sostituita ogni volta
Lasciare le lenti nel contenitore per più di sette giorni senza effettuare una nuova pulizia e disinfezione con della soluzione pulita
Indossare le lenti se non ti senti bene
Indossare le lenti mentre fai la doccia, a meno di non tenere gli occhi ben chiusi per tutto il tempo
Cambiare le soluzioni per la cura della lente senza il parere del contattologo
Applicare una lente se sporca impolverata o danneggiata
Continuare a indossare le lenti se i tuoi occhi non stanno bene, non hanno un bel aspetto, o non vedi bene

OGNI VOLTA CHE USI LE TUE LENTI PONITI TRE SEMPLICI DOMANDE

I miei occhi stanno bene quando indosso le lenti, non provo discomfort da quando le metto a quando le tolgo?
Sì, non provo discomfort

I miei occhi appaiono in salute?
Sì, non sono rossi e non presentano un aspetto diverso dal solito

Ci vedo bene?
Sì, la visione sia dall'occhio destro che sinistro non è differente dal solito

Se la risposta ad una delle tre domande è «NO» rimuovi le tue lenti immediatamente e contatta il tuo contattologo che valuterà come procedere

Ricorda di fare riferimento al tuo contattologo per ogni domanda o dubbio sulle tue lenti a contatto

