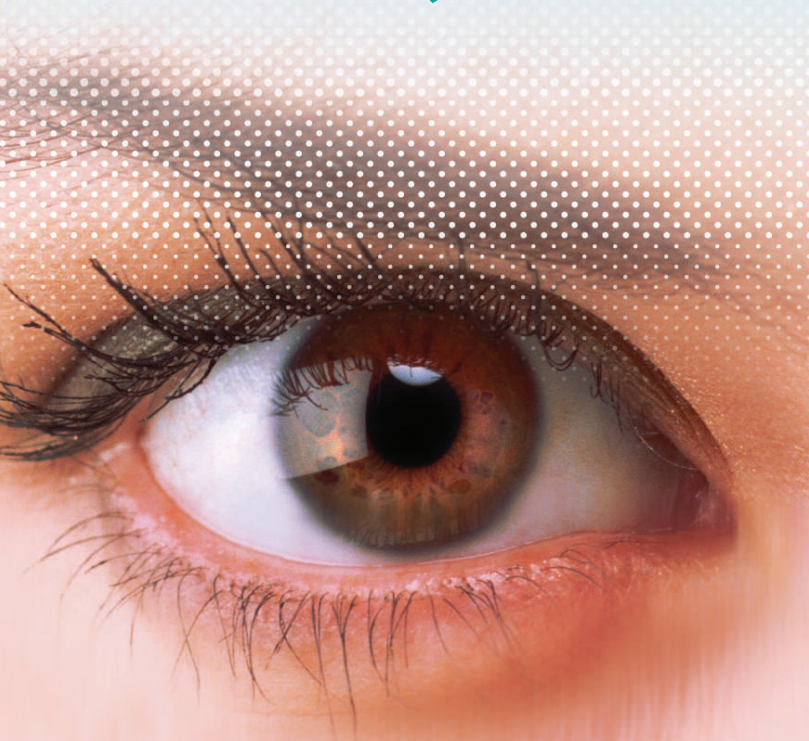





# KONTAKTINIŲ LĘŠIŲ NEŠIOTOJO GIDAS



Gidą specialiai Jums paruošė  eLens

**Sveikiname Jus nusprendus nešioti kontaktinius lęšius ir prisijungti prie gausybės žmonių, besidžiaugiančių laisve ir patogumu. Šis leidinys padės Jums įžengti į ryškiaspalvį kontaktinių lęšių pasaulį.**

***Pastaba:*** leidinys šviečiamojo pobūdžio ir neatstoja profesionalaus gydytojo konsultacijos. Primityginai rekomenduojame reguliariai lankytis pas akių ligų gydytoją.



# Pasiruošimas

Naudojant kontaktinius lėšius būtina laikytis tinkamos higienos. Švara – pirmas ir pats svarbiausias dalykas rūpinantis kontaktiniais lėšiais:

- Rankas visada kruopščiai plaukite švelniu muilu, nuskalaukite jas po tekančiu vandeniu. Nusausinimui naudokite švarų rankšluostį be pūkelių.
- Prieš liesdami kontaktinius lėšius nenaudokite drėkinamojo ar aromatinio muilo, losjono, kremo ar kosmetikos aliejiniu pagrindu. Nenaudokite ir antibakterinio muilo, nes netinkamai nuskalavę rankas galite pakenkti natūralioms akies bakterijoms.
- Kontaktinius lėšius lieskite pirštų galais, stenkitės nesiliesti prie jų nagais.

Nuo pat pradžių stenkitės elgtis tinkamai, kad visos higienos procedūros taptų įpročiu.



# Pakuotė

Atidarykite kontaktinio lęšio pakuotę laikydamiesi šių nurodymų:

- Pakratykite pakuotę ir įsitikinkite, kad kontaktinis lęšis plūduriuoja tirpale.
- Nuplėškite dangtelį. Tai darant patartina laikyti pakuotę prispaudus prie stalo ar kito stabilaus paviršiaus, kad neišsiliėtų turinys.
- Kartais kontaktinis lęšis gali būti prilipęs prie dangtelio arba prie pačios plastikinės pakuotės. Tačiau tai neturi įtakos lęšio sterilumui ir jis išlieka tinkamas naudoti.

*Kad nesumaišytumėte kairio ir dešinio kontaktinio lęšio, visada pradėkite nuo dešinio.*



# Lęšio naudojimas

Piršto galiuku išimkite lęšį iš pakuotės ir įsitikinkite, kad lęšis nėra pažeistas. Jei lęšis pažeistas, jo nenaudokite.

Patikrinkite, ar lęšis nėra išvirškščias. Tai galite padaryti uždėję lęšį ant piršto galiuko ir žiūrėdami iš šono. Jei lęšis yra dubenėlio formos – neišvirškščias, jei lėkštutės – išvirškščias (žiūrėkite pavyzdį.)

Jei įsidėsite išvirškščią kontaktinį lęšį, akies nepažeisite. Tiesiog jausitės nepatogiai. Tuomet lęšį reikia išimti ir įsidėti tinkama puse.

*teisingai*



*neteisingai*



# Įsidėjimas

- Uždėkite lęšį ant dominuojančios rankos rodomojo piršto galiuko.
- Tos pačios rankos viduriniu ju pirštu patempkite apatinį voką žemyn.
- Kitos rankos rodomuoju pirštu pakelkite viršutinį akies voką.
- Uždėkite lęšį ant akies žiūrėdami tiesiai arba į viršų.
- Atleiskite vokus ir sumirksėkite, kad lęšis susicentruotų.

*Jeigu reikia praskalauti lęšius, naudokite tik sterilų tam skirtą tirpalą. Niekada nenaudokite vandens iš čiaupo.*



# Lęšio centravimas

Kartais įdėtas kontaktinis lęšis gali nuslinkti ant akies baltymo. Tai gali nutikti ir dėl netinkamo lęšio įdėjimo arba nepavykusio bandymo išsiimti.

Norėdami įcentruoti lęšį naudokitės šiais būdais:

- 1 Užmerkite akį ir švelniais masažiniais judesiais per voką nustumkite lęšį į akies centrą.*
- 2 Atmerkę akį švelniais pirštų judesiais spauskite viršutinio arba apatinio voko kraštelį ir nustumkite lęšį į akies centrą.*





# Išėmimas

Visada pirmiausia išimkite tą patį kontaktinį lėšį. Laikykitės higienos reikalavimų, aprašytų skyriuje PASIRUOŠIMAS.

Kai ruošiatės išimti kontaktinį lėšį, įsitikinkite, ar jis yra ant ragenos. Tai nustatysite uždengę kitą akį. Jei vaizdas neryškus, reiškia lėšis yra pasislinkęs nuo vyzdžio arba neįdėtas. Norėdami aptikti lėšį patikrinkite viršutinę akies dalį žiūrėdami žemyn ir pakeldami viršutinį voką. Tada patikrinkite apatinę akies dalį patraukdami apatinį voką žemyn.

Lėši išimkite taip, kaip rekomendavo akių ligų gydytojas. Vienas iš išėmimo būdų yra išėmimas sugnybiant:

- Žiūrėdami į viršų rodomuoju pirštu pastumkite lėšį į apatinę akies dalį.
- Švelniai sugnybkite lėšį rodomuoju pirštu ir nykščiu.
- Išimkite lėšį.





# Priežiūra

Vienadieniai kontaktiniai lęšiai patogūs tuo, kad jiems nereikia jokios priežiūros: ryte įsidedate, vakare išsiimate ir išmetate.

Kitą rytą naudojate jau naują kontaktinių lęšių porą.

Jei naudojate ilgesnio laikotarpio dieninio nešiojimo kontaktinius lęšius, būtina tinkamai juos prižiūrėti. Ilgalaikiam saugumui ir patogiam nešiojimui užtikrinti labai svarbu kontaktinius lęšius išvalyti, nuskalauti ir dezinfekuoti daugiafunkciniu lęšių tirpalu *eLens* (arba kitu Jums akių ligų gydytojo rekomenduotu tirpalu) kaskart juos išsiėmus. Valymas ir skalavimas yra būtinas, norint pašalinti baltymines nuosėdas, kurios susikaupia nešiojant lęšius. Dezinfekcijos metu eliminuojamos bakterijos ir mikroorganizmai. Tikslias valymo instrukcijas rasite Jūsų įsigyto tirpalo pakuotėje.

Kontaktinius lęšius laikykite tik tam skirtame dėkle (konteineryje). Kaskart išėmę kontaktinius lęšius iš dėklo išpilkite skystį, tuomet išplaukite, praskalaukite *eLens* arba kitu gydytojo rekomenduotu tirpalu ir palikite išdžiūti.

Kontaktinių lęšių dėklą reguliariai keiskite pagal gamintojo ar akių ligų gydytojo rekomendacijas.

Nesilaikant rekomenduojamo lęšių priežiūros režimo galimos rimtos akių komplikacijos.

Pirmą kartą įsigiję kontaktinius lęšius kreipkitės į akių ligų gydytoją. Jis padės Jums juos įsidėti ir suteiks išsamią informaciją apie jų priežiūrą.

# Įspėjimai

- Nenaudokite kontaktinių lęšių tirpalo, jei jo galiojimo laikas pasibaigęs.
- Niekada nenešiokite kontaktinių lęšių ilgiau, nei gamintojo nurodyta ant pakuotės ar Jums asmeniškai nurodė akių ligų gydytojas.
- Nesidalinkite savo kontaktiniais lęšiais su kitais asmenimis.
- Neplaukite lęšių vandeniu iš čiaupo.
- Kai nenešiojate kontaktinių lęšių, juos laikykite tik tam skirtame tirpale.
- Nenešiokite pažeisto kontaktinio lęšio.
- Naudokite kosmetiką tik po to, kai įsidėjote kontaktinius lęšius. Prieš valydamiesi kosmetiką kontaktinius lęšius išsiimkite.



# Simboliai, kuriuos galite rasti ant kontaktinių lęšių arba jų priežiūros priemonių pakuočių



*Kokybės sistemos sertifikavimo simbolis*



*Sumokėtas mokestis už atliekų tvarkymą*



*Žiūrėti instrukcijos lapelį*



*Sterilizuota naudojant garus arba karštą orą*

**EXP**

*Galiojimo laikas*



*Laikymo temperatūra*

**DIA**

*Skersmuo (diametras)*

**LOT**

*Partijos kodas*

**PWR**

*Dioptrijos (lęšio stiprumas)*

**BC**

*Bazinė kreivė*



*UV spindulių blokavimas*

## eLens 1 Day

Vienadieniai kontaktiniai lęšiai



## eLens 1 Month

Mėnesiniai kontaktiniai lęšiai



## eLens 3 Months

3 mėnesių kontaktiniai lęšiai



## eLens Multi-Purpose Solution

Daugiafunkcinis lęšių tirpalas



## eLens Aqua Comfort Rewetting Drops

Akių lašai



CE 0434

Įgaliotasis atstovas Lietuvoje UAB „Orientis“  
Konstitucijos pr. 7, LT-09308 Vilnius

Tel. (+370) 6996 1333 info@elens.eu  
Faks. (+370) 5278 4498 www.elens.eu