

## UPUTE ZA NOŠENJE POLUTVRDIH (RGP) KONTAKTNIH LEĆA

Zdravlje Vaših očiju je najvažnije! Ove upute zamišljene su kao pomoć u ispravnom korištenju kontaktnih leća i otopina za održavanje. Konačnu odluku o načinu održavanja koji najbolje odgovara Vašim očima i vrsti leća donijet će Vaš kontaktolog tijekom pregleda.

### STAVLJANJE LEĆA

Prije stavljanja temeljito operite ruke blagim sapunom te ih posušite. Kontaktne leće najlakše se stavljaju uz pomoć ogledala iznad ravne površine.

Prije stavljanja leće u oko na površinu leće možete staviti nekoliko kapi otopine za čuvanje (prep. Nitalens CONDITIONER).



Desnu leću stavite na vrh desnog kažiprsta. Srednjim prstom lijeve ruke podignite gornju vjeđu desnog oka, a srednjim prstom desne ruke povucite donju vjeđu prema dolje. Tada pogledajte ravno ispred sebe i nježno dodirnite oko kažiprstom na kojem je leća. Ukoliko leću niste postavili pravilno na rožnicu pogledajte u smjeru suprotnom od leće i prstom preko kapka lagano pomaknite leću na rožnicu. Postupak za stavljanje lijeve leće je identičan osim što sada postupak započinjete s lijevom lećom na vrhu lijevog kažiprsta.

### SKIDANJE LEĆA



Kažiprst desne ruke stavite na mjesto gdje se spajaju trepavice (vanjski očni kut). Dlan lijeve ruke stavite ispod oka da biste ulovili leću. Široko otvorite oči, gledajte ravno ispred sebe i povucite vjeđu desnog, odnosno lijevog oka, u smjeru vrha uha i leća će sama ispasti iz oka. Ako ste leću pomaknuli s rožnice, morate je vratiti u sredinu i ponoviti postupak.



**NAPOMENA:** ovo je preporučeni način skidanja leća. No, ukoliko imate problema, skidanje Vam može olakšati gumena vakumska pumpica koju možete kupiti u OPTO CENTRU.

Na leću koja se sada nalazi na Vašem dlanu, kapnite nekoliko kapi otopine za čišćenje (prep. Nitalens CLEANER) i lagano protrljajte leću dok se ne zapjeni. Zatim isperite leće s otopinom za čuvanje (prep. Nitalens CONDITIONER) ili fiziološkom otopinom (Nitalens SALINA). Stavite ih u spremnik i prekrijte otopinom za čuvanje (prep. Nitalens CONDITIONER) te ih ostavite najmanje 4 h ili preko noći.

Poželjno je svakih 1 do 2 tjedna temeljito ukloniti naslage bjelancevina s površine leća Nitalens ENZYME tabletom, posebice ako nosite polutvrde leće s većom propusnošću kisika.

**NAPOMENA:** leće možete donijeti na provjeru i eventualno poliranje i prije dogovorenog kontrolnog pregleda.

### POČETAK NOŠENJA POLUTVRDIH LEĆA

Prilikom prvog stavljanja leća ili nakon prekida dužeg od nekoliko dana važno je postupno produžavati vrijeme nošenja. Prvi dan ih nosite 3 sata, a svaki sljedeći dan pola sata duže dok ne napunite 8 sati nošenja. Poslije 8 sati neprekidnog nošenja potrebno je pauzirati s nošenjem jedan sat. Leće je potrebno skinuti prije kupanja ili spavanja. Zdravlje Vaših očiju je najvažnije. Zbog toga se pridržavajte uputa Vašeg kontaktologa i idite redovito na kontrolne preglede.

### VAŽNO

- Održavajte čistoću spremnika za leće te ih svaki dan punite svježom otopinom.
- U slučaju nedovoljno obilnog ispiranja otopinom za čuvanje ili fiziološkom otopinom, otopina za čišćenje može dovesti do iritacije očiju
- Ne čistite leće vodovodnom vodom, slinom ili kućnim pripravcima. Ne riskirajte zdravlje vaših očiju!
- Otvorena bočica smije se koristiti najduže 60 dana.
- Bočice otopina za čišćenje i čuvanje uvijek čvrsto zatvorite i držite na hladnom mjestu, izvan dohvata djece!
- U slučaju iritacije ili crvenila oka, odmah konzultirajte vašeg specijalista za kontaktne leće.