

Содержание

Контактные линзы 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM	2
Что необходимо знать о ношении контактных линз	4
Соблюдение гигиены и обработка рук	6
Вскрытие упаковки и блистера с линзой	8
Как обращаться с линзами	9
Надевание линзы	11
Центровка линзы	12
Что делать в случае прилипания линзы	13
Снятие линзы	14
Что делать, если запас линз закончился	16
Инструкции для пациента с коррекцией «моновижн»	17
Контроль безопасности	18
Другая важная информация	20
Неблагоприятные симптомы	21
Заключение	22
Ваш рецепт	24

Контактные линзы 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM

Безопасные, комфортные, удобные

Поздравляем вас! Теперь вы присоединились к миллионам других людей во всём мире, которые с удовольствием пользуются комфортными и удобными контактными линзами 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM компании Johnson & Johnson Vision Care, ведущего производителя контактных линз в мире.

Линзы марки 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM мягкие, тонкие и гибкие. Это делает их комфортными с самого начала ношения и позволяет кислороду проникать в ваши глаза, благодаря чему вы хорошо видите и чувствуете себя комфортно.

Для удобства манипуляций и обращения с контактными линзами, линзы марки 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM тонированы, а 1-DAY ACUVUE® MOIST® тонированы и имеют индикатор правильного положения линзы.

Производство линз 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM стало возможным благодаря созданию уникальной технологии, обеспечивающей высочайшее качество линз и дающей возможность сохранять их цену на таком уровне, который позволяет каждый день надевать новые линзы. Это означает, что вы заменяете свои линзы не по причине появления на них отложений и старения линз, ухудшающих их свойства, а до появления таких отложений. Благодаря этим линзам вы ежедневно чувствуете себя комфортно и хорошо видите.

Кроме того, эти линзы защищают глаза от ультрафиолетового (УФ) излучения.*

* Контактные линзы с УФ-фильтром не являются заменой солнцезащитным очкам с УФ-фильтром, так как не полностью закрывают глаз и зону вокруг глаза.

Как и любые другие контактные линзы, линзы 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM являются изделиями медицинского назначения.

Регулярные визиты к офтальмологу имеют важное значение для длительного сохранения вашего здоровья и зрения.

Контактные линзы 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM рекомендованы для дневного ношения и одноразового использования.



Каждое утро надевайте новые линзы и каждый вечер снимайте и выбрасывайте их. Однодневные контактные линзы — это наиболее здоровый и удобный способ ношения линз.

Что необходимо знать о ношении контактных линз

Вы должны строго соблюдать рекомендации своего офтальмолога относительно использования контактных линз. Несоблюдение правил ношения контактных линз и ухода за ними может привести к серьёзному повреждению глаз.

В редких случаях могут возникать такие серьёзные заболевания глаз, как язвы роговицы, которые могут стать причиной потери зрения. Результаты одного из исследований¹ показали следующее:

Общая ежегодная заболеваемость язвенным кератитом (язвой роговицы) у лиц, пользующихся контактными линзами дневного ношения, составила примерно 4,1 на 10000 пользователей, тогда как аналогичный показатель у лиц, пользующихся линзами продлённого ношения, оказался равным 20,9 на 10000 человек.

Риск развития язвенного кератита при продлённом ношении контактных линз в 4–5 раз выше, чем при дневном ношении.

Если из этого сравнения исключить пациентов, которые не снимают на ночь свои линзы дневного ношения, а также пациентов, снимающих на ночь линзы продлённого ношения, то риск при продлённом ношении окажется в 10–15 раз выше, чем при дневном ношении.

У тех пациентов, которые не снимают на ночь линзы дневного ношения (т.е. носят их неправильно), риск язвенного кератита в 9 раз выше, чем у тех пациентов, которые снимают такие линзы перед сном.

¹Медицинский журнал Новой Англии, 21 сентября 1989 года. / New England Journal of Medicine, September 21, 1989.

Риск возникновения язвенного кератита у курящих пациентов, пользующихся контактными линзами, в 3–8 раз выше, чем у некурящих.

Общий риск язвенного кератита можно снизить, строго соблюдая правила гигиены и рекомендованный вашим офтальмологом режим ношения контактных линз.

Предупреждение:

Контактные линзы с УФ-фильтром не исключают необходимости использования специальных средств защиты глаз от УФ-излучения (солнцезащитные очки и др.), так как линзы не полностью закрывают глаз и зону вокруг глаза.

Примечание:

Длительное воздействие УФ-излучения является одним из факторов, влияющих на развитие катаракты. Степень воздействия зависит от различных факторов (география, погодные условия, удалённость от уровня моря, индивидуальные особенности и др.). Контактные линзы с УФ-фильтром помогают защитить глаза от вредного воздействия УФ-излучения. Тем не менее, не существует клинических исследований, доказывающих уменьшение риска развития катаракты или других изменений глаза, обусловленных воздействием УФ-излучения, при ношении контактных линз. За дополнительной информацией обращайтесь к своему офтальмологу.

Соблюдение гигиены и обработка рук

Подготовка к надеванию линз

Чистота является главным и самым важным условием правильного ухода за линзами.

Вы должны хорошо усвоить гигиенические навыки обращения с контактными линзами.

- Прежде чем дотрагиваться до линз, всегда тщательно мойте руки мылом, хорошо споласкивайте их и вытирайте полотенцем, которое не оставляет на руках волокон.
- Перед тем как касаться своих линз, не пользуйтесь жирными косметическими средствами, мылом, содержащим крем, а также лосьонами и кремами.
- Линзы рекомендуется надевать до нанесения макияжа. Косметические средства на водной основе обладают меньшей способностью повреждать линзы, чем косметика на жировой основе.



- Закрывайте глаза при пользовании лаком для волос и другими аэрозолями.
- Проконсультируйтесь с офтальмологом относительно ношения контактных линз во время занятий спортом, особенно плаванием и другими водными видами спорта.



- Всегда соблюдайте инструкции, приведённые в этой брошюре, а также все рекомендации своего офтальмолога, касающиеся правил обращения с линзами, их надевания, снятия и использования.
- Никогда не носите линзы дольше, чем рекомендовано офтальмологом или указано в рецепте.

Вскрытие упаковки и блистера с линзой

Упаковка (коробка с блистерами)

Для того чтобы вскрыть упаковку, найдите язычок на её передней стороне и потяните вверх, распечатывая упаковку. Внутри вы найдёте линзы в индивидуальных блистерах, обеспечивающих стерильность линз.

НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЛИНЗУ, ЕСЛИ ВЫ ОБНАРУЖИЛИ, ЧТО УПАКОВКА БЛИСТЕРА ПОВРЕЖДЕНА.

Для того, чтобы закрыть упаковку для дальнейшего хранения, просто верните язычок на прежнее место.

Блистер с линзой

Чтобы вскрыть блистер с линзой, выполните следующие простые манипуляции:

1. Отделите блистер с одной линзой от ленты. Старайтесь не повредить остальные блистеры.
2. Встряхните блистер с линзой и убедитесь, что линза свободно плавает в растворе.
3. Отделите фольгу от блистера. Иногда при вскрытии линза может прилипнуть к внутренней поверхности фольги или к стенке самого блистера. Это не влияет на стерильность линзы, и её использование совершенно безопасно.



4. Обращайтесь с линзами очень аккуратно, прикасаясь к ним кончиками пальцев, и старайтесь не повредить их ногтями. Желательно иметь короткие и гладкие ногти.
5. Осторожно выньте линзу из блистера, поднимая её снизу вверх. Никогда не пользуйтесь пинцетом или другими инструментами.

Как обращаться с линзами

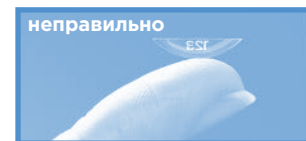
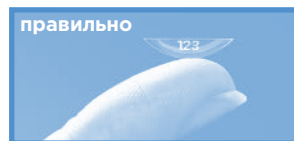
Чтобы не путать линзы, выработайте привычку всегда начинать надевание линзы с правого глаза.

Осмотрите линзу и убедитесь в том, что на ней нет разрывов, и она не сморщена по краям.

Убедитесь также в том, что линза не вывернута внутренней поверхностью наружу.

Для этого поместите линзу на кончик указательного пальца, держа палец на уровне глаз: линза должна иметь естественную плавную форму, напоминающую чашечку.

1-DAY ACUVUE® MOIST®



1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM



Способ, облегчающий обращение с линзами

С контактными линзами 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM и 1-DAY ACUVUE® MOIST® проще обращаться, если дать им слегка подсохнуть. Для этого поместите линзу на кончик сухого пальца и оставьте в этом положении на 5-10 секунд.

Подержав несколько секунд линзу на кончике пальца, вы обнаружите, что линза приняла свою форму, а также вам будет легче определить правильное положение линзы.

Примечание:

При необходимости промойте линзу перед тем, как надеть её на глаз, пользуйтесь только свежим стерильным раствором, который рекомендован вашим офтальмологом.

НИКОГДА НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ДЛЯ ЭТОГО ВОДОЙ!

Надевание контактной линзы

1. Начинайте с надевания линзы на правый глаз. После того как вы осмотрели линзу и убедились, что она не вывернута наружу, поместите её на кончик указательного пальца.
2. Поместите средний палец той же руки вблизи линии ресниц нижнего века и оттяните нижнее веко вниз.
3. Указательным или средним пальцем другой руки приподнимите верхнее веко. Поместите контактную линзу на глазное яблоко.
4. Осторожно опустите веки и моргните.
5. Повторите все манипуляции при надевании линзы на левый глаз.

Существуют и другие способы надевания линзы. Если описанный выше способ труден для вас, то офтальмолог порекомендует вам другой.



Центровка линзы

Обычно линза автоматически располагается посередине роговицы в момент надевания и очень редко смещается в сторону склеры в процессе ношения. Это, однако, может случиться при неправильном надевании и снятии линзы. Для центровки контактной линзы проделайте одну из следующих манипуляций:

Прикройте веки и осторожно переместите линзу на место с помощью массирующих движений через закрытые веки.

или

Осторожно передвиньте смещённую линзу обратно на середину роговицы при открытых веках, надавливая пальцами на край нижнего или верхнего века.

Примечание:

Если после надевания линзы вы видите нечётко, то это может быть вызвано следующими причинами:

- Линза находится не по центру роговицы. В этом случае следуйте приведённым выше указаниям;
 - Если линза находится в правильном положении, то снимите её и проверьте, имеют ли место следующие моменты:
1. Линза испачкана (например, косметикой). Выбросьте такую линзу и наденьте новую.
 2. Линза надета не на тот глаз.
 3. Линза вывернута наружу (наизнанку). В этом случае вы можете ощущать дискомфорт.

Что делать в случае прилипания линзы

Если линза прилипла к глазу (перестала двигаться), воспользуйтесь специальными смазывающими или увлажняющими каплями, рекомендованными офтальмологом. Эти средства подходят и для дополнительного увлажнения линз во время ношения, что обеспечивает вам больший комфорт.

Закапайте несколько капель в глаз и дождитесь свободного перемещения линзы по поверхности глаза. Если это не помогает, то вы должны **НЕМЕДЛЕННО** проконсультироваться с офтальмологом.



Снятие линзы

Всегда снимайте первой ту линзу, с которой начали надевание.

Прежде чем снимать линзу, тщательно вымойте руки, а также соблюдайте правила гигиены, описанные в разделе «Соблюдение гигиены и обработка рук».

Внимание:

Сначала убедитесь, что линза находится на роговице, и лишь затем приступайте к её снятию.

Для этого прикройте другой глаз. Если зрение затуманено, то это означает, что линза смещена на белую часть глаза (склеру) или вовсе отсутствует. Чтобы найти линзу, осмотрите верхнюю зону глаза, глядя вниз в зеркало и одновременно оттягивая верхнее веко вверх.

После этого осмотрите нижнюю зону, оттянув нижнее веко вниз.

Для снятия линзы вы можете использовать метод щипка или другой метод, рекомендованный вашим офтальмологом.

Метод щипка

1. Глядя вверх, указательным пальцем сместите линзу вниз на склеру.
2. Осторожно сожмите линзу между указательным и большим пальцами и снимите её.



Что делать, если запас линз закончился

Необходимо всегда иметь достаточный запас линз.

Для того, чтобы не остаться без линз, необходимо заранее заказывать и приобретать новую упаковку линз.

Линзы 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM рекомендованы для дневного ношения и одноразового использования. Средства по уходу за линзами (такие как очищающие или увлажняющие растворы) не требуются при использовании такого режима ношения.

Если по каким-либо причинам ваш запас линз закончился, вы должны носить очки.

Линзы 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM являются вашим предпочтительным средством коррекции зрения, а очки играют резервную роль.

Инструкции для пациента с коррекцией «моновижн»

Если офтальмолог рекомендовал вам коррекцию «моновижн», вы должны знать следующее:

Как любой тип контактной коррекции зрения, коррекция «моновижн» имеет свои достоинства и недостатки. В некоторых случаях контактная коррекция «моновижн» может снижать остроту зрения и восприятия глубины дальних и близких объектов. Некоторые пациенты с трудом привыкают к коррекции «моновижн». Такие симптомы, как лёгкая пелена перед глазами и нестабильность остроты зрения, могут быть проявлениями процесса адаптации и длиться от нескольких минут до нескольких недель. Чем дольше сохраняются такие симптомы, тем меньше ваши шансы на успешную адаптацию. В начальный период адаптации к коррекции «моновижн» контактные линзы рекомендуется носить в привычных условиях, не требующих напряжения. Например, в период адаптации следует воздержаться от вождения автомобиля. Некоторые пациенты с коррекцией «моновижн» вынуждены помимо линз носить очки для обеспечения хорошей остроты зрения при выполнении важных зрительных задач.

- У некоторых пациентов с коррекцией «моновижн» не удаётся добиться полной коррекции зрения, например, при слабом освещении или во время вождения автомобиля в ночное время. В таких случаях офтальмолог может выписать дополнительные линзы для обеспечения коррекции обоих глаз при рассмотрении удалённых объектов.
- Решение о ношении линз для коррекции «моновижн» можно принять только после тщательного офтальмологического обследования.
- Для облегчения адаптации к коррекции «моновижн» вы должны строго соблюдать указания своего офтальмолога и обращаться к нему по поводу любых проблем, возникающих в период адаптации и после его окончания.

Контроль безопасности

Не реже одного раза в сутки вы должны проводить простую самопроверку. Задайте себе следующие вопросы:

1. Как я себя чувствую в линзах?
2. Как выглядят мои глаза?
3. Продолжаю ли я хорошо видеть?

Вы должны сразу же снять линзы в случае возникновения одной из перечисленных ниже проблем:

- Ощущение зуда, жжения или покалывания в глазу.
- Ощущение инородного тела.
- Чрезмерное слезоотделение, необычные выделения из глаза или их покраснение.
- Пелена перед глазами, радужные блики или ореолы вокруг предметов. При непрерывном или слишком продолжительном ношении линз может возникнуть ощущение сухости глаз.
- Ощущение меньшей комфортности линз, чем после того, как они были впервые надеты.

Если после снятия линз дискомфорт или другие проблемы исчезают, то внимательно осмотрите линзу на наличие повреждений, загрязнений или инородного тела. Линзу с такими дефектами следует выбросить и надеть новую.

Если после надевания новой линзы дискомфорт или другие проблемы возобновляются, то снимите новую линзу и немедленно проконсультируйтесь со своим офтальмологом.

Любой из перечисленных симптомов может свидетельствовать о серьезных заболеваниях глаз, таких, как инфекция или язва роговицы. Быстрая диагностика и лечение имеют очень важное значение для предотвращения серьезного повреждения глаз.

ПОМНИТЕ, ЧТО ЭТИ СИМПТОМЫ — ЭТО ПРИЗНАКИ НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ. В СЛУЧАЕ СОМНЕНИЯ СНИМИТЕ ЛИНЗЫ И ОБРАТИТЕСЬ К ОФТАЛЬМОЛОГУ.

Другая важная информация

Меры предосторожности

- Прежде чем покинуть кабинет офтальмолога, убедитесь в том, что вы научились надевать и снимать линзы.
- Немедленно снимите линзы в случае покраснения или раздражения глаз.
- Сообщите своему врачу, что вы носите контактные линзы.
- Перед применением любых глазных капель всегда советуйтесь со своим офтальмологом.
- Некоторые лекарственные препараты, такие, как антигистаминные, средства от насморка, мочегонные, миорелаксанты, транквилизаторы и препараты от морской болезни, могут вызвать сухость глаз, ощущение присутствия линз и пелены перед глазами. Поэтому при возникновении таких симптомов во время приёма каких-либо лекарств, вы должны проконсультироваться со своим офтальмологом.
- В случае попадания в глаза химических веществ **НЕМЕДЛЕННО ПРОМОЙТЕ ГЛАЗА ПРОТОЧНОЙ ВОДОЙ И СРОЧНО ОБРАТИТЕСЬ К СВОЕМУ ОФТАЛЬМОЛОГУ ИЛИ В ОТДЕЛЕНИЕ НЕОТЛОЖНОЙ ПОМОЩИ БЛИЖАЙШЕЙ БОЛЬНИЦЫ.**
- Приём пероральных противозачаточных средств может вызвать нарушение зрения или ухудшить переносимость контактных линз.
- В таких случаях вы также должны проконсультироваться с офтальмологом.

- Как и при ношении любых других контактных линз, необходимо регулярно посещать офтальмолога для проверки зрения.
- Для обеспечения хорошего зрения и сохранения здоровья глаз контактные линзы 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM необходимо носить в строгом соответствии с рекомендациями офтальмолога. Эти линзы предназначены для ношения в течение только одного дня. После снятия эти линзы следует выбросить.
- Вы должны проинформировать своего офтальмолога о всех перенесённых в прошлом и имеющихся сейчас заболеваниях.
- Проконсультируйтесь с вашим врачом-офтальмологом касательно использования контактных линз во время плавания или занятий другими водными видами спорта. Использование контактных линз во время плавания или принятия ванны может увеличить риск поражения глаз микроорганизмами.
- Избегайте воздействия любых вредных или раздражающих паров и дыма во время ношения линз.
- Со всеми вопросами обращайтесь к своему офтальмологу.

Неблагоприятные симптомы

При появлении любых неблагоприятных симптомов во время ношения контактных линз 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM немедленно сообщите об этом вашему офтальмологу.

Закключение

В целях сохранения и улучшения зрения при использовании контактных линз любого типа строго соблюдайте основные правила:

- Всегда следуйте инструкциям, касающимся безопасного ношения линз. Регулярные обследования у офтальмолога необходимы для обеспечения наилучшего применения линз и хорошего зрения.
- Строго соблюдайте требования гигиены.
- НИКОГДА не спите в линзах — всегда снимайте их перед сном.
- Надевайте только новые стерильные линзы.
- НИКОГДА не используйте для контактных линз воду из-под крана.
- НИКОГДА не носите линзы дольше рекомендованного срока.
- При возникновении красноты или раздражения глаз, либо пелены перед глазами, НЕМЕДЛЕННО снимите линзы и проконсультируйтесь со своим офтальмологом.
- Всегда имейте при себе очки, чтобы при необходимости можно было снять линзы. Контактные линзы могут быть основным средством коррекции вашего зрения, а очки играют резервную роль.

Начав пользоваться контактными линзами 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM, вы вскоре почувствуете их преимущества перед очками и другими контактными линзами.

Для получения максимального комфорта при ношении контактных линз 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM вы должны строго соблюдать указания, приведённые в этой брошюре.

Приступайте к ношению контактных линз только после того, как вы твёрдо усвоите рекомендации офтальмолога и указания, содержащиеся в этой брошюре.

Ваш рецепт

1-DAY ACUVUE® MOIST® или 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM

Линза для правого глаза

Оптическая сила, базовая кривизна, ось и цилиндр

Линза для левого глаза

Оптическая сила, базовая кривизна, ось и цилиндр

Линзы 1-DAY ACUVUE® MOIST® и 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM предназначены для ношения только в течение одного дня.

Со всеми вопросами и сомнениями обращайтесь к своему офтальмологу.

Адрес и телефон вашего офтальмолога:

Регулярные обследования у офтальмолога имеют важное значение для сохранения хорошего зрения и здоровья глаз.

Ваш следующий визит:

1	_____	2	_____
3	_____	4	_____
5	_____	6	_____