





Conseils d'hygiène générale

- Avant toute manipulation, lavez-vous soigneusement les mains et séchez-les.
- Nettoyez vos lentilles après chaque port et laissez-les tremper dans votre produit de conservation.
- Votre étui à lentilles doit impérativement rester très propre. Il faut le renouveler au minimum 2 fois par année.
- Effectuez un contrôle de vos yeux et vos lentilles au minimum 1 fois par an



Nettoyage et conservation

Effectuez ensuite le nettoyage selon les indications de votre adaptateur.

<p>Entretien avec produit tout-en-un</p> <p>(BioTrue, Regard, Optifree...)</p> 	<p>Entretien avec produit avec eau oxygénée</p> <p>(Avizor 1-Step, Everclean, Aosept, EasySept...)</p> 
<p>Au retrait</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Chaque soir, masser avec le produit dans la paume de la main ○ Rinçage ○ Poser la lentille dans l'étui et bien remplir avec du produit frais.  <p>À savoir : Le massage permet d'éliminer les dépôts de protéines et de graisse qui s'attache à la surface. Votre lentille est alors plus confortable.</p> <p>A la pose</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Prendre la lentille dans l'étui. ○ Observer qu'il n'y ait pas de poussière, rincer avec le produit si nécessaire. ○ Vérifier que la lentille soit dans le bon sens ○ Jeter la solution usagée. ○ Rincer l'étui avec la solution ou de l'eau saline. ○ Laisser sécher l'étui ouvert. 	<p>Au retrait</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Insérer les lentilles dans le panier ○ Remplir l'étui jusqu'à la ligne avec de la solution fraîche. <p><u>Neutralisation</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Avizor 1-Step, Everclean : Mettre pastille de neutralisation ○ Aosept, Easysept : pas de pastille, c'est l'étoile de platine au fond de l'étui qui neutralise. ○ Laisser neutraliser durant 2 à 6 heures selon votre produit. Respecter l'indication de votre produit. <p>A la pose</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Avec Avizor 1-Step et Everclean, contrôler que liquide soit verre (indication de bonne neutralisation). Avec Aosept et Easysept le produit reste transparent. ○ Prendre la lentille dans l'étui. ○ Rincer votre lentille avec de la solution neutralisée de votre étui ou de l'eau saline. ○ Vérifier que la lentille soit dans le bon sens ○ Jeter la solution usagée. ○ Rincer l'étui avec de l'eau saline. ○ Laisser sécher l'étui ouvert. <p><u>Déprotéinisation</u> Utiliser pastille de déprotéinisation 1 fois par semaine avec les lentilles permanentes annuelles.</p> <p>À savoir : Ne jamais rincer avec le produit de désinfection, cela brûle !</p>

Pour entretenir vos lentilles, n'utilisez que les produits recommandés par votre spécialiste. Ceux-ci sont choisis spécifiquement suivant vos lentilles de contact, la qualité de vos larmes et l'usage de vos lentilles.

Ne rincer jamais vos lentilles souples à l'eau du robinet. Celle-ci contient des microbes et du calcaire.

Lisez toujours attentivement le mode d'emploi de votre produit d'entretien.

En cas de doute sur l'utilisation de vos produits, veuillez nous contacter.

Respecter la durée d'utilisation (en général 2-3 mois) et la date de péremption de vos flacons.

Des impuretés peuvent apparaître malgré l'entretien quotidien. Nous pouvons éliminer ces dépôts avec un nettoyage intensif. Contactez-nous si nécessaire.

Pose et retrait des lentilles

Préparez l'étui, les produits d'entretien et le miroir.

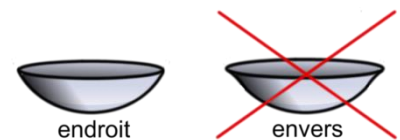
Fermez l'écoulement de votre lavabo.

Commencez toujours par le même œil.

Évitez les contacts avec les ongles lors de manipulations.

Pose :

- Vérifiez que votre lentille soit dans le bon sens. La lentille doit avoir une forme de bol arrondi (et non évasé).
- Posez votre lentille sur la pointe de votre index. Avec le majeur, tirez votre paupière inférieure vers le bas. Avec l'autre main, écartez la paupière supérieure vers le haut. Penchez légèrement la tête vers l'avant, et posez votre lentille sur la partie colorée de votre œil (ou sur le blanc de l'œil en bas). Lâchez gentiment la paupière du bas. Faites sortir les bulles persistantes en pressant avec les paupières et lâchez enfin la paupière supérieure.
- Après chaque pose, jetez la solution de conservation usagée, rincez bien votre étui à l'eau saline ou avec votre produit de conservation et laissez-le sécher ouvert durant la journée.



Retrait :

- Tenez vos paupières de manière identique que lors de la pose. Penchez votre tête vers l'avant et regardez-vous dans le miroir. Avec votre index, tirez la lentille vers le bas ou de côté et pincez-la d'un seul geste entre l'index et le pouce.



En cas d'infection oculaire (conjonctivite, kératite) :

- Contactez-nous pour évaluer la situation ou consulter votre ophtalmologue.
- Si vous avez des lentilles jetables, jetez-les !
- Si vous avez des lentilles permanentes, apportez-les nous pour effectuer une stérilisation.
- Jetez votre étui à lentilles et tout vos produits d'entretien déjà ouverts.
- Refaites contrôler vos yeux avant de reporter à nouveau des lentilles.

Conseils pratiques

- Ne dormez jamais avec vos lentilles.
- Evitez les ports excessifs (maximum 10h/ jour avec des lentilles traditionnelles; 14h/jour avec des lentilles hyper-oxygénées).
- Gardez toujours une paire de lunette adaptée à votre vue.
- Certains médicaments peuvent avoir une influence sur la vision ou sécher les yeux et rendre les lentilles moins confortables : médicaments pour l'acné, contre l'hypertension, les antiallergiques, les contraceptifs oraux, antidépresseurs... Veuillez avertir votre adaptateur si nécessaire.
- Pendant la grossesse les lentilles peuvent être moins bien supportées.
- Ne portez pas vos lentilles lors de traitements avec des gouttes médicales.
- Les lentilles peuvent être moins confortables dans des locaux climatisés et secs, si nécessaire humectez vos yeux de temps à autres avec des larmes artificielles.
- Evitez de porter les lentilles pour les voyages en avion.
- Vaporisez la laque avant la pose des lentilles ou fermez les yeux.
- Fermez les yeux sous la douche.
- Il est vivement déconseillé de porter ses lentilles de contact dans les bains thermaux. Des cas d'infection graves ont été reportés.
- Il n'est pas recommandé de porter ses lentilles pour nager (risque de perte et d'infections). Il existe maintenant des lunettes de natations corrigées pour toutes les corrections. Sinon, vous pouvez éventuellement utiliser des lentilles journalières et les jeter juste après.
- Renoncez au port de lentilles déchirées.

Conseils maquillages

- Maquillez-vous après la pose des lentilles.
- Démaquillez-vous après le retrait des lentilles.
- N'utilisez pas de démaquillant pour nettoyer vos lentilles.
- Utilisez des produits de maquillage non gras, mais solubles à l'eau et adaptés au port de lentilles, tel les produits Eyecare.
- Retirez vos lentilles lors de soins du visage chez l'esthéticienne (décoloration des cils).

Suivi annuel

Veillez effectuer au minimum un contrôle par année. Ceci vous permet de vous assurer des yeux sains, une vision idéale et des lentilles propres et confortables.

Portez vos lentilles durant 6h minimum avant de venir au contrôle.

Prenez vos lunettes et votre étui à lentilles lors de chaque contrôle.

En cas d'inconfort, yeux rouges, problèmes de vision, veuillez consulter votre spécialiste (026 919 68 02).