



Urlaub und Kontaktlinsen
Die schönste Zeit des Jahres

Denken Sie bitte daran

Wenn Sie fliegen, dann dürfen im Handgepäck nur Behälter mit max. 100 ml flüssigem Inhalt mitgenommen werden. Diese müssen in einem 1 Liter großen, durchsichtigen, wieder-verschließbaren Plastikbeutel transportiert werden. Größere Verpackungseinheiten an Flüssigkeiten dürfen nur im Koffer aufgegeben werden.

Die Anreise

Lange Autofahrten mit überdurchschnittlich langen Tragezeiten und klimatisierter Luft stellen oft eine Belastung für das Kontaktlinstragen dar. Sehr häufig wird dadurch der Tragekomfort merklich reduziert. Ähnliches ist bei einer Flugreise zu beobachten.

Die klimatisierte Luft im Flugzeug ist meist trocken, was sich durch spröde Lippen, spannende Haut oder gerötete Augen bemerkbar machen kann.

Wenn Sie Kontaktlinsen tragen, dann spüren Sie eventuell zusätzlich ein Abtrocknen Ihrer Kontaktlinsen, was sich in einem reduzierten Tragekomfort und getrübbtem Sehen zeigen kann.

Doch keine Bange. Gut vorbereitet gibt es verschiedene Möglichkeiten, diese Situationen abzumildern und für Entspannung und gegebenenfalls für Abhilfe zu sorgen.

Hilfreich sind Nachbenetzungsmittel, die rasch für Besserung sorgen, indem die Augen und Kontaktlinsen befeuchtet werden; das wirkt erfrischend und tut gut.

Natürlich sorgt auch eine kurze Tragepause für Entlastung.

Immer ausreichend zu trinken kann sich ebenso positiv auf den Tränenfilm auswirken.

Sind Sie für Ihren Urlaub gut vorbereitet?

Es gehören auf jeden Fall ein paar Dinge in Ihr Handgepäck:

- Ein Kontaktlinsen-Pflege-Set inkl. Aufbewahrungsbehälter (Reisegröße)
- Konservierungsfreie Nachbenetzungslösung (z.B. CONCARE® HY-LUB, denn diese Lösung verweilt besonders lange auf dem Auge)
- Und/oder ein liposomales Augenspray (z.B. Lipo Nit®), das stabilisiert Ihren Tränenfilm
- Ihre Brille

Zu einem unbeschwerten Urlaub gehört natürlich auch gutes Sehen. Ob Sie sonnenbaden, wandern oder eine Ballonfahrt machen – Kontaktlinsen sind für jede Aktivität bestens geeignet.

Egal ob Sie weiche oder formstabile Kontaktlinsen tragen, die Voraussetzungen für einen klaren Blick und guten Tragekomfort sind optimal angepasste, intakte und saubere Kontaktlinsen.

Am besten Sie nehmen noch vor Ihrem Urlaub ein Check-up bei Ihrem Kontaktlinsenspezialisten wahr.



Andere Länder – anderes Klima

Bei kräftigem Wind, feinem Sand und hoher Sonnenintensität ist ein Schutz für Haut und Augen unerlässlich. Darum gehört unbedingt auch eine gute Sonnenbrille in das Reisegepäck.

Durch ungewohnte Lebensmittel kann es zu Stoffwechselveränderungen und somit zu verstärkten Eiweißablagerungen kommen. Diese Ablagerungen bilden einen störenden Belag auf den Kontaktlinsen.

Es ist von Vorteil, einen speziellen Oberflächenreiniger (z.B. CONCARE® Lipoclean ULTRA) mitzunehmen. Mit einer sorgfältigen Pflege behalten Sie immer einen klaren Blick.



Auf und im Wasser

Beim Schwimmen oder Surfen ist die Kombination Kontaktlinsen und Schwimmbrille ideal.

Kontaktlinsen passen problemlos unter eine Taucher- oder Schwimmbrille, sie beschlagen nicht und garantieren uneingeschränkte Sicht. Eine Schwimmbrille schützt vor Verlust Ihrer Kontaktlinsen, egal ob Sie formstabile oder weiche Kontaktlinsen tragen. Generell ist die Verlustgefahr

bei weichen Kontaktlinsen geringer als bei formstabilen Kontaktlinsen. Eine Schwimmbrille stellt zwar keine Garantie gegen Verlust dar, da diese auch verrutschen kann, sie vermindert jedoch das Verlustrisiko enorm.



Denken Sie bitte daran ...

Grundsätzlich beinhaltet jeglicher Kontakt mit nichtsterilem Wasser das Risiko einer mikrobiellen Verunreinigung Ihrer Kontaktlinsen und damit das Risiko einer Infektion.

Gerne informiert Sie Ihr Kontaktlinsenspezialist, so dass Sie alles Notwendige wissen und optimal vorbereitet sind.

Von der Sahara bis zum Nordpol

Generellen Schutz vor schädlicher UV-Strahlung, kräftigem Wind und feinem Sand bietet eine gut sitzende und schützende Sonnenbrille.

Ihre Augen und Kontaktlinsen werden es Ihnen danken.

Über den Wolken

Über 2000 m Höhe beträgt der Feuchtigkeitsgehalt der Luft nur noch 50 % gegenüber dem auf Meereshöhe. Dadurch trocknen besonders weiche Kontaktlinsen schneller aus. Verschwommenes Sehen, schlechterer Tragekomfort, sowie rote Augen können die Folge sein. Verwenden Sie vorbeugend eine konservierungsmittelfreie Nachbenetzungslösung.

Bei allen Aktivitäten, bei denen es windig zugeht, bieten formstabile Kontaktlinsen den Vorteil, nicht zu dehydrieren. Dies sichert gutes Sehen bei Wind und Wetter.



Extreme Temperaturen

Für Kontaktlinsen, die auf dem Auge getragen werden, sind extreme Temperaturen absolut unbedenklich. Für Kontaktlinsen im Behälter sind Temperaturen zwischen 5 °C und 25 °C empfohlen, ebenso auch für die Pflegemittel. Als Rucksackreisender sollten Sie darauf achten, Ihre Pflegemittel im Inneren des Rucksacks aufzubewahren, da hier die Temperaturen am ehesten konstant sind.

Auf die Pflege kommt es an!

Sorgen Sie für einen ausreichenden Pflegemittelvorrat, insbesondere, wenn Sie nur ein bestimmtes Produkt verwenden können. Beliebt sind die extra konzipierten Reise-Sets mit kleineren Verpackungseinheiten. Denken Sie auch an die Einmaldosen mit konservierungsmittelfreier Nachbenetzungslösung. Diese können unterwegs sehr nützlich sein.

Und falls das Pflegemittel dennoch ausgeht

können formstabile Kontaktlinsen über Nacht auch mal trocken aufbewahrt werden. Doch vor dem erneuten Aufsetzen müssen sie gereinigt und mit Kochsalzlösung abgespült werden.

Weiche Kontaktlinsen dürfen nie austrocknen und müssen immer in der geeigneten Aufbewahrungslösung lagern.

Nach mehrtägiger Tragepause sollten die weichen Kontaktlinsen vorsorglich neu gereinigt/desinfiziert werden, bevor diese wieder auf das Auge gesetzt werden.

Ein Augenoptiker oder Apotheker vor Ort kann Ihnen Ihr Pflegemittel besorgen oder ein alternatives Produkt anbieten.

Verwenden Sie nach Ihrer Rückkehr auf jeden Fall wieder Ihr herkömmliches Pflegemittel.

Kontaktlinse verloren – was tun?

An diese Situation sollten Sie frühzeitig vor Ihrem Urlaub denken.

Die beste und einfachste Lösung ist natürlich, Sie haben Ersatzlinsen dabei, sozusagen Ihre Seh-Versicherung, ähnlich Ihrem Auslandskrankenschutz.

Denn jede individuelle Kontaktlinse hat eine Vielzahl von Parametern, welche genau auf Ihre Augen abgestimmt sind.

Im Notfall einer Neuanschaffung vor Ort hilft die Telefonnummer Ihres Kontaktlinsenspezialisten, um eine optimale Auskunft zu erhalten.

TIPP

Vielfach bieten Kontaktlinsenspezialisten Service-Pakete an, die Ersatzlinsen, Pflegemittel und vieles mehr beinhalten (z.B. das Contactlinsen Comfort Concept „CCC“).

Kontaktlinsenwörterbuch

 Deutsch	 English
Aufbewahrungslösung	soaking solution
Desinfektionslösung	disinfection solution
Reinigungslösung	cleaning solution
Kochsalzlösung	saline solution
Benetzungslösung	wetting solution
Gummisauger	suction cup
Aufbewahrungsbehälter	lens case
Augenarzt	ophthalmologist
Beschädigt	damaged
Trageprobleme	wearing difficulties, discomfort
Weiche Kontaktlinsen	soft lenses
Formstabile Kontaktlinsen	rigid gas permeable lenses (RGP)

 Deutsch	 Francais
Aufbewahrungslösung	solution de conservation
Desinfektionslösung	solution de désinfection
Reinigungslösung	solution de nettoyage
Kochsalzlösung	solution saline
Benetzungslösung	solution d' humidifiatiön
Gummisauger	ventouse
Aufbewahrungsbehälter	étui de lentilles
Augenarzt	oculiste
Beschädigt	endommagé
Trageprobleme	problèmes lors du port des lentilles
Weiche Kontaktlinsen	lentilles de contact souples
Formstabile Kontaktlinsen	lentilles de contact rigides

 Deutsch	 Italiano
Aufbewahrungslösung	soluzione di conservazione
Desinfektionslösung	soluzione disinfettante
Reinigungslösung	soluzione detergente
Kochsalzlösung	soluzione salina
Benetzungslösung	soluzione riuridifiante
Gummisauger	ventosa
Aufbewahrungsbehälter	contenitore portalenti
Augenarzt	oculista
Beschädigt	guastato
Trageprobleme	problemi durante il porto delle lenti
Weiche Kontaktlinsen	lenti a contatto morbide
Formstabile Kontaktlinsen	lenti a contatto gas permeabili

 Deutsch	 Español
Aufbewahrungslösung	solución conservadora
Desinfektionslösung	solución desinfectante
Reinigungslösung	solución de limpieza
Kochsalzlösung	solución salina
Benetzungslösung	solución humectante
Gummisauger	ventosa plástica
Aufbewahrungsbehälter	portalentes
Augenarzt	oftalmólogo
Beschädigt	dañado
Trageprobleme	problemas de uso
Weiche Kontaktlinsen	lentes de contacto blandos
Formstabile Kontaktlinsen	lentes permeables

Urlaubsplaner für Kontaktlinsen

- Reise-Set mit ausreichend Pflegemitteln
- Einmaldosen mit Nachbenetzungslösung (z.B. Vislube)
- Lipo Nit®, liposomales Augenspray
- Ersatz-Kontaktlinsen
- Notfall-Telefonnummer

Ihr Kontaktlinsenspezialist

Kontaktdaten



**Immer an unserer Seite.
Unser Partner für Kontaktlinsenmaterialien.**

HECHT ist Entwickler und Hersteller maßgefertigter Kontaktlinsen. Die gesamte Expertise und Kompetenz befindet sich unter einem Dach. Persönliche Kontaktlinsen – made in Germany.

HECHT Contactlinsen GmbH
Dorfstraße 2-4
79280 Au bei Freiburg
www.hecht-contactlinsen.de



HECHT
Sichtbar besser

