

Wskazówki dotyczące użytkowania miękkich
soczewek kontaktowych

CE 0483



HECHT Contactlinsen GmbH
Dorfstr. 2-4
79280 Au bei Freiburg
Niemcy

Polnisch

Spis treści

Stosowane symbole	2
Opakowanie	3
Wskazówki ogólne	4
Ostrzeżenia	4
Uwagi szczególne dotyczące odwodnionych (wysuszonych) miękkich soczewek kontaktowych	
Czas przyzwyczajania się do noszenia soczewek oraz kontrole	5
Warunki prawidłowego użytkowania	6
Właściwa pielęgnacja	6
Czas fazy przyzwyczajania się oraz wizyty kontrolne	7
Przed założeniem	8
Zakładanie	9
Zdejmowanie	9
Makijaż	10
Czas noszenia soczewek	11
Czas użytkowania soczewek	11
Ulotka informacyjna (zgodna z wymogami prawnymi)	12
Wskazówki ogólne	12
Zakres stosowania	12
Przeciwwskazania	12
Interakcje z innymi substancjami	12
Działania uboczne	13
Zalecenia szczególne	13

Stosowane symbole



Dopuszczony do obrotu w UE (znak CE oraz numer jednostki notyfikowanej)



Poddane sterylizacji parowej



Należy zużyć do / Data ważności



Należy przestrzegać warunków prawidłowego użytkowania!



Wskazówki dotyczące zachowania bezpieczeństwa



Numer produkcyjny



Nie używać jeśli opakowanie jest uszkodzone



Produkt medyczny

Prawidłowe widzenie dzięki soczewkom kontaktowym podnosi jakość życia

Już na samym początku życzymy Państwu wiele satysfakcji z użytkowania miękkich soczewek kontaktowych. Soczewki te wykonane są z najwyższą precyzją i indywidualnie dopasowywane z największą starannością tak, by można było cieszyć się ze wszystkich zalet wynikających z ich właściwości. Zapewne już teraz są Państwo przekonani o zaletach, jakie niesie z sobą używanie miękkich soczewek kontaktowych. Dzięki tej nowoczesnej metodzie korygowania wady wzroku, uzyskujecie Państwo zdolność widzenia taką, jak osoba widząca prawidłowo.

Opakowanie

Miękkie soczewki kontaktowe firmy HECHT Contactlinsen GmbH dostarczane są specjalistycznie oddzielnie w oryginalnie zamkniętym i zabezpieczonym pojemniku. Przechowywane są w roztworze soli fizjologicznej (skład: NaCl 0.9%. Płyn do płukania zawiera: NaCl 9 g/l, Na+ 154 mmol/l, Cl- 154 mmol/l, in Aqua ad iniectabilia). Soczewki sterylizowano parą wodną. Skład podano również na etykiecie opakowania soczewek kontaktowych.

Po otrzymaniu soczewek kontaktowych firmy HECHT w oryginalnym pojemniku, podczas jego otwierania należy zwrócić uwagę na odgłos kliknięcia. Odgłos ten gwarantuje, że soczewki są zdezynfekowane. Wówczas mogą je Państwo od razu założyć.



Uwaga

Jeśli oryginalne opakowanie było już otwarte (podczas otwierania nie słychać odgłosu kliknięcia) lub jeśli upłynął termin ważności nadrukowany na opakowaniu (np. 12.06.2024) wówczas w żadnym wypadku nie wolno zakładać soczewek!

Istnieje bowiem **niebezpieczeństwo uszkodzenia** oczu.

Należy wówczas koniecznie zwrócić się do specjalisty, a soczewek można będzie używać dopiero za jego zezwoleniem. Data ważności oznacza, że produkt w oryginalnym i nieotwieranym opakowaniu pozostaje sterylny aż do upływu podanego terminu.

Wskazówki ogólne

Niniejsza ulotka zawiera ważne informacje dotyczące stosowania produktu oraz bezpieczeństwa. Prosimy o jej uważne przeczytanie i zachowanie. W razie wątpliwości należy skontaktować się ze specjalistą.

Należy przestrzegać zaleceń specjalisty, uwag na etykietach produktów do pielęgnacji soczewek kontaktowych i **wszystkich** uwag zawartych w niniejszej broszurze. W ten sposób zapewnicie sobie Państwo poczucie komfortu, jaki daje noszenie takich soczewek kontaktowych, uzyskując przy tym długi okres ich użytkowania.

Rodzice lub opiekunowie powinni zapewnić osobie niepełnosprawnej pomoc w prawidłowym używaniu soczewek w przypadku, gdy osoba taka nie jest w stanie samodzielnie dowiedzieć się z broszury jak należy takie czynności wykonywać.



Ostrzeżenia

Stosując płyny, które nie są przeznaczone do pielęgnacji miękkich soczewek kontaktowych, narażacie Państwo na uszkodzenie swoje soczewki kontaktowe i oczy.

- Należy przestrzegać wskazówek dotyczących stosowania produktów do pielęgnacji soczewek kontaktowych w tym informacji na temat temperatury przechowywania soczewek kontaktowych.
- Płynu do przechowywania soczewek nie należy stosować dwa razy.
- Nie należy stosować płynów, którym upłynął termin przydatności do użycia.
- W razie kontaktu soczewki kontaktowej lub jej przebywania w bliskiej odległości z oparami trującymi lub drażniącymi np. substancje chemiczne lub niebezpieczne, należy niezwłocznie zdjąć soczewkę z oka i gruntownie ją wyczyścić.
- Podczas uprawiania sportów wodnych, kontaktu z drażniącymi lub toksycznymi oparami lub cieczami, czy innymi niebezpieczeństwami związanymi z pracą, soczewek kontaktowych nie należy nosić bez okularów ochronnych.
- W przypadku bezpośredniego kontaktu soczewki kontaktowej lub pojemnika do przechowywania soczewek z wodą niesterylną (np.: woda z kranu, basenu, jeziora, rzeki, sportu wodnego) wzrasta ryzyko pojawienia się poważnej infekcji mikrobiologicznej.
- Nie pozostawiać soczewek kontaktowych w roztworze soli fizjologicznej na okres nocy.
- Soczewek nie należy przechowywać w miejscach, w których narażone są one na bezpośrednie działanie promieni słonecznych, np. w samochodzie. Występujące w takich warunkach temperatury (powyżej 50° C) mogą powodować nieodwracalne deformacje soczewek.
- Nie należy dopuścić do zamrożenia soczewki np. podczas przechowywania w samochodzie.
- Długie paznokcie lub paznokcie o ostrych krawędziach mogą powodować uszkodzenie soczewki kontaktowej oraz oka.
- Nie wolno zakładać soczewki, jeśli ma ona uszkodzoną krawędź lub nierówną powierzchnię.
- Nie należy zmieniać typu soczewki ani jej parametrów bez konsultacji ze specjalistą kontaktologiem.

Przy dłuższym okresie nienoszenia soczewek kontaktowych należy **przestrzegać** również odpowiednich wskazówek dotyczących produktów do pielęgnacji soczewek kontaktowych.

Na dzień przed ponownym założeniem soczewki kontaktowe trzeba oczyścić. Po oczyszczeniu powinny leżeć przez noc w płynie służącym do ich przechowywania, w celu pełnej **dezynfekcji** (zgodnie ze wskazówkami dot. środków do pielęgnacji).



Uwagi szczególne dotyczące odwodnionych (wysuszonych) miękkich soczewek kontaktowych

Nie powinno dopuścić się do wyschnięcia soczewek lub nakładania odwodnionych soczewek na oczy. W przypadku, gdy soczewka ulegnie wysuszeniu, należy ją skropić/ nawilżyć roztworem soli fizjologicznej lub płynem przeznaczonym do pielęgnacji soczewek. Następnie soczewkę można ostrożnie podnieść i przez przynajmniej jedną godzinę pozostawić w roztworze, który został polecony do przechowywania soczewek. Te ponownie nawilżone soczewki kontaktowe należy **oczyścić i zdezynfekować**. Przed użyciem tych soczewek kontaktowych specjalista powinien je sprawdzić, czy nie uległy trwałemu uszkodzeniu.

Czas przyzwyczajania się do noszenia soczewek oraz kontrole

Czas codziennego noszenia soczewek różni się w zależności od ich właściwości. Podobnie czas użytkowania przy niektórych produktach jest ograniczony. Najczęściej maksymalny okres użytkowania soczewek wynosi: 1 dzień, 1 tydzień, 4 tygodnie, 3 miesiące, 4 miesiące lub 6 miesięcy. Twój specjalna lista informuje o jurysdykcji, gdzie życie soczewek kontaktowych. **Aby chronić oczy i uniknąć poważnych komplikacji** konieczne jest aby stosować wskazówki zawarte w planie przyzwyczajania oczu do soczewek, który został sporządzony przez Państwa specjalistę. Nie przekraczać maksymalnego czasu noszenia soczewek.

W okresie przyzwyczajania się nie należy nosić soczewek przez cały dzień - specjalista doradzi Państwu, w jaki sposób można wydłużyć czas ich noszenia. Należy codziennie stosować środki do pielęgnacji soczewek, jakie zaleca producent lub specjalista. Przynajmniej 2 razy w roku należy udać się do specjalisty w celu kontroli soczewek.

W razie pojawienia się uczucia dyskomfortu, należy zaprzestać noszenia soczewek i zwrócić się do swojego specjalisty.

Warunki prawidłowego użytkowania

- Przed dotknięciem soczewek należy dokładnie **umyć i osuszyć** ręce.
- Przed założeniem soczewek na oko należy sprawdzić, czy nie są one uszkodzone.

- Jeśli soczewka upadła, należy podnieść ją wilgotnym opuszkiem palca lub za pomocą specjalnej przyssawki.
- Nigdy nie wolno przeciągać soczewek kontaktowych po powierzchni stołu lub lustra.
- Soczewki, które upadły, należy koniecznie oczyścić: najpierw płynem do płukania a następnie kontynuować właściwy proces czyszczenia.
- Przed zamknięciem pojemnika na soczewki należy sprawdzić, czy soczewki leżą pośrodku, aby zapobiec uszkodzeniu ich krawędzi.

Właściwa pielęgnacja

Codzienne stosowanie odpowiednich środków dostosowanych do pielęgnacji soczewek kontaktowych jest konieczne dla uzyskania optymalnego komfortu ich noszenia. **Systematyczność i staranność** odgrywają przy tym decydującą rolę.



Nieodpowiednia pielęgnacja może prowadzić do poważnych uszkodzeń oczu.

Dobrze sprawdzają się formuły, które nie zawierają w ogóle lub tylko niewielką ilość konserwantów. Dlatego z reguły polecamy płyny bez konserwantów, na bazie nadtlenu wodoru lub alternatywne płyny o zbliżonym składzie. Specjalista dobierający soczewki wybiera najbardziej odpowiedni dla Państwa system pielęgnacji. Aby zapewnić komfort noszenia oraz optymalny czas użytkowania należy przestrzegać zaleceń wydanych przez specjalistę.

- Soczewki należy wyczyścić natychmiast po ich zdjęciu, używając do tego poleconych przez specjalistę środków pielęgnacyjnych. W tym celu na soczewkę kontaktową należy nanieść kilka kropli płynu czyszczącego i rozcierać go palcami przynajmniej przez 20 sekund bez naciskania.
- Soczewki należy gruntownie spłukać płynem do płukania (np. roztwór soli fizjologicznej) i włożyć je do pojemnika na soczewki wypełnionego świeżym płynem do przechowywania.
- Przechowywanie/ dezynfekcja: płyn do przechowywania soczewek zawiera substancje dezynfekujące, które oddziałują na soczewki w czasie ich nieużytkowania – nocy (z reguły jest to co najmniej 6 godzin).

opiero wtedy soczewki nadają się do ponownego założenia kolejnego dnia. Aby proces dezynfekcji przebiegał prawidłowo, koniecznie należy przestrzegać wskazówek znajdujących się na środkach używanych do ich pielęgnacji.

Do wypełnienia przez specjalistę

Nazwa produktu:	P	L
LOT:	P	L
Specjalista:		

Czas fazy przyzwyczajania się oraz wizyty kontrolne

1. dzień	zalecany czas noszenia:
2. dzień	zalecany czas noszenia:
3. dzień	zalecany czas noszenia:
4. dzień	zalecany czas noszenia:
5. dzień	zalecany czas noszenia:

Termin wizyty kontrolnej:	Zalecany czas noszenia

Maksymalny dzienny czas noszenia zalecany przez specjalistę:

Liczba godzin/dzień: data: specjalista:

Liczba godzin/dzień: data: specjalista:

Liczba godzin/dzień: data: specjalista:



- **Dodatkowe specjalne środki czyszczące lub środki usuwające białko:**
W niektórych przypadkach konieczny jest dodatkowy środek czyszczący, który może być stosowany codziennie na przemian z regularnym środkiem czyszczącym lub raz w tygodniu. Nosząc codziennie soczewki kontaktowe zaleca się raz w tygodniu stosowanie środków usuwających białko. Aby otrzymać optymalny wynik pielęgnacji soczewek, częstotliwość stosowania dodatkowego środka czyszczącego należy uzgodnić ze specjalistą.

Prosimy pamiętać również o tym, by pojemnik na soczewki kontaktowe systematycznie **czyścić** (co najmniej raz w tygodniu) i **wymieniać** (co 3-6 miesięcy). Zachowanie takiego procesu pielęgnacji przyczyni się do komfortowego noszenia soczewek. Pomimo wszelkich przyzwyczajzeń proces ten powinien być wykonywany niezmiennie w takiej samej formie. Tylko taka pielęgnacja zapewnia, iż osady z powierzchni soczewki kontaktowej zostaną **skutecznie usunięte** i soczewki kontaktowe **prawidłowo zdezynfekowane**.

W trakcie przyzwyczajania się do noszenia soczewek kontaktowych należy się z nimi obchodzić ostrożnie i bez pośpiechu.

Przed założeniem

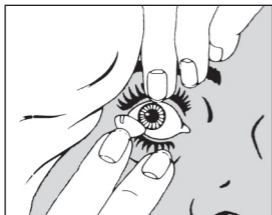


Podczas zakładania miękkich soczewek kontaktowych może dojść do ich wywichnięcia, przez co można pomylić stronę wewnętrzną z zewnętrzną.

Przed założeniem soczewek należy upewnić się czy soczewka zakładana jest odpowiednią stroną. W tym celu należy położyć soczewkę na palcu i

porównać jej wygląd z obrazkiem załączonym obok. Przy prawidłowym ułożeniu brzeży nie wywijają się na zewnątrz. Przy nieprawidłowym ułożeniu brzeży wywijają się na zewnątrz.

Zakładanie



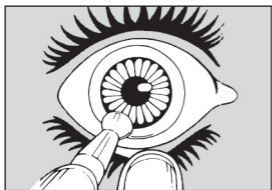
Soczewkę kontaktową położyć na opuszkę palca wskazującego. Obojgiem oczu patrzeć w lusterko, palcem środkowym tej samej ręki odciągnąć dolną powiekę w dół, a palcem środkowym i/lub palcem serdecznym drugiej ręki górną powiekę w górę. Następnie położyć soczewkę na rogówce bez dociskania. Soczewkę położyć na środku oka i kilkakrotnie zamrugać.

Jeśli soczewka nie znajduje się na rogówce, to należy ją ostrożnie wyjąć z oka za pomocą przyssawki i rozpocząć zakładanie jeszcze raz od początku.

Alternatywnym sposobem jest propozycja zakładania za pomocą specjalnej przyssawki. Specjalista wskaże Państwu, która metoda w Państwa przypadku jest lepsza.

Zdejmowanie

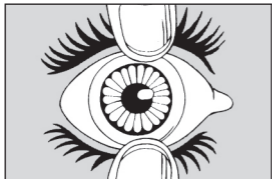
Przed przystąpieniem do zdejmowania należy upewnić się, czy soczewka osadzona jest centralnie na rogówce.



Metoda A

Proszę wziąć przyssawkę w palce między kciuk a palec wskazujący, a palcem środkowym tej samej ręki odciągnąć dolną powiekę w dół. Drugą ręką odciągnąć górną powiekę w górę. Przyssawkę należy dostawić ostrożnie do brzegu soczewki kontaktowej i przy jej

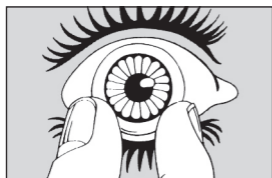
pomocy zdjąć soczewkę ruchem odciągającym.



zdjęta.

Metoda B

Otworzyć szeroko oko. Palec jednej ręki położyć na dolną powiekę i przytrzymać ją. Palcem drugiej ręki lekko nacisnąć na górną powiekę i przesunąć lekko do dołu. W konsekwencji soczewka nieznacznie zgina się w poziomie i może zostać



Metoda C

Otworzyć szeroko oko. Kciukiem i palcem wskazującym dotknąć brzegów soczewki i delikatnie ją zgiąć, uważając przy tym aby jej zbyt mocno nie ścisnąć. Metoda C jest polecana tylko wtedy, gdy niemożliwe jest stosowanie metody

B lub metody A. Trzeba zaznaczyć, że stosowanie metody C może prowadzić do ewentualnego uszkodzenia soczewek.

Makijaż

Nosząc soczewki kontaktowe nie trzeba rezygnować z makijażu. Wprost przeciwnie – specjaliści i konsultanci z zakresu kosmetyki nie wykluczają stosowania kosmetyków do oczu w przypadku osób noszących soczewki kontaktowe i mają dla nich gotowe rozwiązania. Cienie do powiek w postaci kremów, konturówka do oczu i tusz do rzęs są sprawdzone klinicznie i mają skład dobrany tak, by nie drażniły oczu.

Należy przy tym jednak uwzględnić parę wskazówek:

- Kosmetyki i kremy należy nakładać dopiero po nałożeniu soczewek kontaktowych.
- Usuwanie makijażu powinno nastąpić po zdjęciu so-czewek.
- Makijaż oczu powinien być wykonany kosmetykami wolnymi od tłuszczu, dającymi się zmyć wodą i przeznaczonymi specjalnie dla osób noszących soczewki kontaktowe.
- Po zakończeniu stosowania nowej twarzy i krem pod oczy do zmian w zakresie zwilżania soczewek
- Lakier do włosów należy stosować przed założeniem soczewek.

Nie należy stosować:

cieni do powiek w pudrze, tuszu do rzęs z włoskami oraz konturówek do oczu nakładanych na wewnętrzne brzegi powiek. Substancje te często są przyczyną zabrudzenia powierzchni soczewek kontaktowych, a tym samym dyskomfortu przy ich noszeniu.

Czas noszenia soczewek

Miękkie soczewki kontaktowe firmy HECHT Contactlinsen GmbH są przeznaczone do noszenia w trybie dziennym, a więc poza fazą snu. Podczas fazy przyzwyczajania się okres noszenia soczewek kontaktowych należy stopniowo wydłużać, aż do uzyskania maksymalnego, zalecanego przez specjalistę, okresu ich noszenia.

Przed snem soczewki muszą zostać zdjęte, chyba że są to soczewki specjalnie przeznaczone do tego celu.

Nie należy się obawiać, jeśli zdarzyłoby się Państwu zasnąć z założonymi soczewkami kontaktowymi. Ewentualnego uczucia suchości w oku pozbędą się Państwo po kilku mrugnięciach. Użycie w tej sytuacji kropli nawilżających ułatwi poruszanie się soczewki kontaktowej i nawilży powierzchnię oka. Wskazówki uzyskacie Państwo u swojego specjalisty.

Czas użytkowania soczewek

Okres użytkowania soczewek zależy od:

- materiału, z jakiego wykonane są soczewki
- parametrów soczewek
- sposobu obchodzenia się z nimi
- pielęgnacji
- stopnia obciążenia mechanicznego
- częstości noszenia: codziennie lub sporadycznie

W ramach **regularnych kontroli** (przynajmniej co 6 miesięcy) należy zlecić specjalście dobierającemu soczewki sprawdzenie funkcjonalności i bezpieczeństwa stosowania soczewek kontaktowych. Podczas codziennego stosowania miękkich soczewek kontaktowych dla zachowania wysokiego stopnia komfortu oraz bezpieczeństwa stosowania zaleca się ich regularną wymianę. Okres pomiędzy kolejnymi wymianami powinien wynosić w zależności od produktu, materiału i filmu łzowego od 3 do maksymalnie 12 miesięcy. Specjalista poinformuje Państwa jak często wymieniać soczewki kontaktowe.

Ulotka informacyjna (zgodna z wymogami prawnymi)

Miękkie soczewki do nakładania na oko

Wskazówki ogólne

Proszę uważnie przeczytać niniejszą ulotkę informacyjną. Zawiera ona ważne informacje o stosowaniu produktu i bezpiecznym jego użytkowaniu. Pytania dodatkowe dotyczące noszenia soczewek kontaktowych proszę kierować do specjalisty dobierającego soczewki.

Zakres stosowania

Do korekcji wady wzroku, optymalizacji zdolności widzenia oraz w celach podyktowanych względami estetycznymi. Uwaga! Jeśli stosowanie soczewki podyktowane jest wyłącznie względami estetycznymi, nie ma ona żadnego działania optycznego.



Przeciwwskazania

Soczewek kontaktowych nie należy stosować przy:

- zapaleniach, infekcjach i zranieniach oka, zmienionej wrażliwości rogówki, alergiach, schorzeniach, zranieniach lub zmianach rogówki i/lub powiek.
- przyjmowaniu leków, które mogłyby negatywnie wpływać na noszenie soczewek kontaktowych
- niedostatecznej ilości płynu łzowego.

Dalsze postępowanie prosimy uzgodnić ze specjalistą dobierającym Państwu soczewki.

Interakcje z innymi substancjami

Aby uniknąć niepożądanego oddziaływania soczewek ze środkami pielęgnacyjnymi, specjalista dobierający soczewki wybiera najbardziej odpowiedni dla Państwa system pielęgnacji soczewek kontaktowych.

Po zauważeniu wystąpienia reakcji alergicznych należy natychmiast skontaktować się ze specjalistą dobierającym soczewki. Należy również zwrócić uwagę na składniki używanych zestawów pielęgnacyjnych.

O powyższym pamiętać należy przede wszystkim przy stosowaniu soczewek kontaktowych po raz pierwszy. Przyjmowane leki mogą powodować zmiany płynu łzowego, wpływać na tolerancję soczewek kontaktowych, a także prowadzić do ich odbarwienia. Prosimy poinformować specjalistę o tym, jakie leki Państwo przyjmują. W przypadku kropli do oczu należy przestrzegać wskazówek zawartych w ulotce dołączanej do opakowania tych preparatów. Kropli do oczu z zasady nie powinno się wkraplać na soczewki. Miękkie soczewki kontaktowe nie są przeznaczone do stosowania razem z lekami.



Działania uboczne

Pomimo, że miękkie soczewki są z reguły dobrze tolerowane, związane jest z nimi większe ryzyko infekcji w porównaniu z soczewkami stabilnokształtnymi. Nie można do końca wykluczyć reakcji z towarzyszącymi im następującymi efektami ubocznymi.

Nie należy nosić soczewek kontaktowych w przypadku wystąpienia podanych poniżej lub podobnych symptomów:

- wzmożone czucie ciała obcego w oku
- zaczerwienienie oczu
- niezwykła wrażliwość na światło
- kłucie, palenie, ból oka
- nagłe pogorszenie się widzenia
- pojawienie się wydzieliny na oku
- nadmierne łzawienie
- widzenie przez mgłę
- suchość oczu

W podanych powyżej przypadkach istnieje niebezpieczeństwo trwałego uszkodzenia oczu.

Prosimy niezwłocznie skontaktować się ze swoim specjalistą dopasowującym soczewki kontaktowe. Specjalistę należy poinformować o każdej zmianie komfortu noszenia soczewek kontaktowych, pogorszeniu się widzenia czy innych nietypowych reakcjach.



Zalecenia szczególne

Należy **systematycznie odwiedzać specjalistę** w celu przeprowadzenia kontroli i sprawdzenia soczewek kontaktowych. Zgodnie z otrzymaną instrukcją soczewki kontaktowe należy zawsze bardzo starannie **czyścić i dezynfekować**. Soczewek nie powinno się nosić przez okres dłuższy niż jest to wskazane i zalecane. Jeśli producent określi czas, po upływie którego soczewki muszą być wymieniane, to **nie** należy go wydłużać, gdyż w przeciwnym wypadku może dojść do pogorszenia się zdolności widzenia. W razie wystąpienia podrażnień oka należy zdjąć soczewki kontaktowe i udać się do specjalisty! Nie wolno stosować uszkodzonych soczewek kontaktowych. Należy **przestrzegać** instrukcji użytkowania środków do pielęgnacji soczewek kontaktowych. Nie wolno stosować soczewek kontaktowych ani żadnych środków do ich pielęgnacji po upływie terminu ich ważności. Nawet jeśli soczewki posiadają filtr UV, to nie zastąpią one okularów przeciwsłonecznych. Jeśli doszło do poważnego incydentu związanego z soczewkami kontaktowymi, skontaktuj się ze swoim specjalistą oraz poinformuj o tym producenta HECHT Contactlinsen GmbH. W razie potrzeby poinformuj również odpowiednią instytucję.