

Le guide d'utilisation



www.affleloustore.fr

ALAINAFFLELOU

COMMENT MANIPULER VOS LENTILLES

Avant de poser vos lentilles de contact

Etape 1 : des mains propres



Lavez-vous soigneusement les mains, rincez-les abondamment et essuyez-les avec une serviette ne laissant pas de petites fibres sur les doigts.

- Si vous maquillez vos yeux, faites-le toujours après la pose des lentilles en évitant les traits de crayon sur le bord interne des paupières. Retirez les lentilles avant de vous démaquiller.
- Si vous laquez vos cheveux ou vaporisez du parfum, lavez-vous les mains et posez vos lentilles après.
- Prenez l'habitude de manipuler vos lentilles :
 - au-dessus d'une surface propre et bien dégagée,
 - toujours dans le même ordre (la droite puis la gauche, par exemple) pour éviter de les inverser.

Etape 2 : ouverture du conditionnement



Chaque lentille est fournie stérile dans une plaquette thermoformée (blister). N'utilisez la lentille que si la plaquette et son feuillet sont intacts ! La puissance de la lentille (votre correction visuelle) est imprimée sur le feuillet qui recouvre la plaquette.

Comme les puissances des lentilles peuvent ne pas être identiques pour les deux yeux, assurez-vous que vous ouvrez et utilisez la lentille qui correspond bien à chaque œil.

- Secouez doucement le blister avant de l'ouvrir, pour décoller éventuellement la lentille du feuillet.
- Décollez le feuillet qui recouvre la plaquette et, avec l'index, faites glisser doucement la lentille hors de la plaquette.
- N'utilisez pas de pinces, d'autres instruments pointus ou vos ongles pour extraire la lentille : vous risquez de l'endommager.

Etape 3 : sens de la lentille



S'assurer que la lentille est à l'endroit.

Placez la lentille sur l'extrémité de votre index et tenez-la devant une source lumineuse.

Assurez-vous qu'elle soit propre, humide et qu'elle ne présente aucune encoche, déchirure ou particule adhérant à la surface.

Si la lentille semble endommagée et desséchée, ne l'utilisez pas. Jetez-la et prenez une lentille neuve.

Comment s'assurer du sens des lentilles ?

Une lentille posée à l'envers sur l'œil peut être gênante ou ne pas corriger parfaitement la vision.

La lentille est à l'endroit :

- Les bords peuvent se rapprocher
- Posée sur le doigt, les bords sont bien rapprochés



La lentille est à l'envers :

- Les bords ne peuvent pas se rapprocher
- Les bords de la lentille se retournent vers l'extérieur
- Retourner la lentille



Posez vos lentilles de contact

Après vous être lavé les mains et assuré du sens de la lentille :

- Placez la lentille sur l'extrémité de votre index.
- Abaissez la paupière inférieure en appuyant sur la base des cils avec le majeur de la même main.
- Levez la paupière supérieure avec les doigts de l'autre main, en appliquant ceux-ci sur la base des cils et en regardant vers le bas.
- Tout en maintenant les paupières ouvertes, amenez la lentille en contact avec l'œil, pressez légèrement avec l'index puis retirez-le.
- Fermez doucement vos yeux, la lentille doit se centrer naturellement.

Une fois les lentilles en place, évitez de vous frotter les yeux.



Retirez vos lentilles de contact

Après vous être lavé et séché les mains :

- Avec le majeur, tirez la paupière inférieure.
- Appuyez légèrement sur la lentille avec l'index et faites-le glisser sur le blanc de l'œil vers le bas tout en regardant vers le haut.

Pincez doucement la lentille entre le pouce et l'index, mais jamais avec les ongles. Retirez délicatement la lentille de l'œil et procédez à l'entretien (lentilles bi-mensuelles , mensuelles, annuelles...) ou jetez-les (lentilles journalières à usage unique).



3. L'ENTRETIEN DE VOS LENTILLES

Le respect des conditions élémentaires d'hygiène et l'entretien des lentilles de contact sont autant de gages de sécurité et de confort de port. La majorité des problèmes liés au port de lentilles est causée par un mauvais entretien. Pour être efficace, l'entretien des lentilles doit se faire de manière quotidienne.

Phase 1 : le nettoyage

Il permet de décoller les dépôts fixés sur la surface de la lentille. Retirez la lentille, mettez-la dans la paume de la main, versez quelques gouttes de solution sur la lentille. Massez doucement 15 à 20 secondes. Rincez à nouveau avec la solution.

Phase 2 : la décontamination

Placez les lentilles dans les compartiments de l'étui. Remplissez chaque compartiment avec la solution pour que la lentille soit complètement recouverte. Refermez l'étui et laissez tremper dans la solution le temps minimum indiqué sur la notice d'utilisation.

Phase 3 : le rinçage

Pour un confort optimal, rincez vos lentilles avec la solution d'entretien avant de les remettre. Jetez la solution contenue dans l'étui et laissez sécher celui-ci à l'air libre jusqu'à la prochaine utilisation.

Les conditions élémentaires d'hygiène

- Consultez régulièrement votre ophtalmologiste.
- Retirez vos lentilles en cas d'exposition à des vapeurs nocives ou irritantes.
- Ne portez jamais vos lentilles pendant votre sommeil sans avis de votre ophtalmologiste.
- Ne portez jamais vos lentilles au-delà de la date de péremption.
- Ne portez jamais vos lentilles à la piscine.
- Ne prêtez jamais vos lentilles de contact.
- Lavez-vous toujours les mains et séchez-les avec une serviette propre avant de manipuler vos lentilles.
- Ne jamais mettre vos lentilles en contact avec l'eau du robinet afin d'éviter toute contamination.
- Renouvelez les étuis autant que les flacons d'entretien.

Il est recommandé de ne pas porter vos lentilles dans les circonstances suivantes :

- Allergie, infection, irritation affectant les yeux ou les paupières.
- Traitement oculaire.

Consultez toujours votre ophtalmologiste pour toute utilisation de médicament oculaire.

En cas de projection de produit chimique dans les yeux : retirez immédiatement vos lentilles, rincez vous abondamment les yeux, contactez sans tarder votre ophtalmologiste ou un service d'urgences hospitalières.