

Mettere le lenti a contatto

1

LAVARE LE MANI



Prima di toccare le lenti ricordati sempre di **lavare e asciugare** le mani con cura. La pulizia è necessaria per evitare inutili e pericolose infezioni o irritazioni agli occhi. E meglio utilizzare un **sapone neutro** ed è importante **risciacquare abbondantemente** per eliminare qualsiasi residuo di sapone. Ricorda: le lenti sono molto **delicate** e qualsiasi impurità può danneggiarle.

Quando prendi la lente e la appoggi sul polpastrello del dito indice fai attenzione che sia nel **lato giusto**. Per evitare di scambiarle, applicale (e togliile) sempre **una alla volta** e nel **medesimo ordine**. Ad esempio, sempre prima la sinistra e poi la destra. Una volta estratta dal contenitore e verificata la posizione **sciacqua la lente** con l'**apposita soluzione** per rimuovere qualsiasi traccia di sporco.

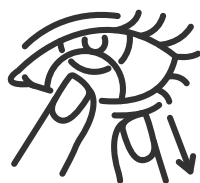
2

VERIFICARE LE LENTI



3

APPLICARE LE LENTI



Metti la lente sul **polpastrello** del dito indice. Usando l'altra mano **solleva la palpebra** per evitare la chiusura dell'occhio. Con la mano con cui sostieni la lente **abbassa la palpebra inferiore**. Guarda verso il soffitto e **appoggia** con delicatezza **la lente sulla parte bianca inferiore dell'occhio**. **Rilascia** lentamente la palpebra e **chiudi l'occhio**; poi **aprilo e chiudilo più volte** per centrare la lente. Infine applica la lente destra. Le donne devono applicare le lenti prima di truccarsi (cosmetici e lenti a contatto non vanno d'accordo).

Togliere le lenti a contatto

1

LAVARE LE MANI



Anche per rimuovere le lenti è sempre necessario aver cura che le **mani** siano **pulite**. **Lavale con sapone** (possibilmente neutro) sotto abbondante acqua corrente e abbi cura di sciacquarle bene. La pulizia delle mani è un passaggio estremamente importante per la **cura degli occhi** e il corretto uso delle lenti a contatto. La pulizia è fondamentale per evitare problemi o, peggio, danni agli occhi.

Un accessorio importante del corredo delle lenti a contatto è il contenitore. In genere è in plastica e dovrebbe essere **sostituito almeno ogni tre mesi**. Deve essere **sempre pulito** per evitare di contrarre infezioni agli occhi. Prima di riporre le lenti devi **sciacquarlo** e **asciugarlo**, poi versa la **soluzione disinfettante** e dopo averlo svuotato, riempi con la **soluzione per conservare le lenti**.

2

IL CONTENITORE



3

RIMOZIONE LENTI



Procedi sempre da sinistra verso destra. Guardando il soffitto abbassa la palpebra inferiore; **avvicina l'indice all'occhio** fino a toccare il bordo inferiore della lente e **falla scivolare in basso** verso la parte bianca dell'occhio. **Schiaccia** delicatamente la lente fra il pollice e l'indice e **portala fuori dall'occhio**. Poi togli l'altra lente seguendo sempre la stessa procedura. Inseriscile nel contenitore.

CONSIGLI PER CONSERVARE LE VOSTRE LENTI

L'**igiene** e la **pulizia** sono le cose più importanti per il corretto uso e la buona conservazione delle lenti. Altro elemento importante sono le **soluzioni disinfettanti** e i **prodotti di conservazione** delle lenti: devono essere di buona qualità e scelte sulla base delle caratteristiche delle lenti.

RICORDA: la lente dopo una lunga esposizione all'aria diventa asciutta ed è più fragile, per questo va **reidratata**. Controllala attentamente e se è danneggiata sostituiscila con una nuova.

Bari

• Via Principe Amedeo, 266 T. +39 080 523 7501 - 09
• Via Prospero Petroni, 39/A T. +39 080 523 804
• Via Abate Gimma, 54 T. +39 080 521 6489

Triggiano

• Piazza Vittorio Veneto, 33 T. +39 080 468 8492

Palo del Colle

• Piazza Diaz, 63 T. +39 080 468 8492