



ЕВРОСТИЛЬ
КЛИНИКА МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА

ИНСТРУКЦИЯ
ПО ПРИМЕНЕНИЮ
ОРТОКЕРАТОЛОГИЧЕСКИХ
ЛИНЗ

В нашей клинике Вам подобраны уникальные ночные ортokerатологические линзы.

Для поддержания коррекции Вашего зрения необходимо строго соблюдать рекомендованный Вам режим ношения и правила ухода за линзами.

Теперь успех коррекции и здоровье Ваших глаз всецело зависят от Вас!

НИ ОДНО СЛОВО ЭТОЙ ИНСТРУКЦИИ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛИШНИМ ИЛИ ФОРМАЛЬНЫМ!

Подбор ортokerатологических линз - это процесс, который требует нескольких визитов к доктору (первичное обследование и примерка линз, осмотр после первой ночи ношения, контроль через неделю и через месяц). Пропуски визитов к доктору и опоздания могут увеличить длительность подбора.

После окончания подбора необходимы периодические осмотры у вашего доктора, чтобы быть уверенным в том, что у Вас не возникает проблем со здоровьем глаз при ношении ночных контактных линз. Если Вы пользуетесь ортokerатологическими линзами, Вы должны приходить на контрольные осмотры 1 раз в 4-6 месяцев (при ношении любых контактных линз - не реже, чем 1 раз в полгода). Посещения в рамках **подбора** проводятся бесплатно при согласовании с доктором или регистратурой.

Пожалуйста, в точности следуйте указаниям. Неправильное использование любых контактных линз и нарушение правил ухода за ними может привести к серьезным осложнениям. Убедитесь, что все пункты данной Инструкции Вам понятны. Если какой-то пункт вызывает вопросы, обратитесь за разъяснениями к вашему доктору.

1. При несоблюдении гигиены в процессе ношения и ухода за линзами могут возникнуть проблемы. Заболевания глаз, вызванные бактериями (конъюнктивит, кератит), могут развиваться очень быстро, и приводить к необратимому снижению или даже потере зрения!

ПРИ ЛЮБОМ ПОКРАСНЕНИИ ГЛАЗ ЛИНЗЫ НАДЕВАТЬ НЕЛЬЗЯ!

Немедленно позвоните и/или посетите вашего доктора, если Вы заметили хотя бы один из перечисленных ниже симптомов:

- КРАСНЫЙ ГЛАЗ
- Слезотечение, светобоязнь
- Боль, ощущение инородного тела в глазах, жжение, резь или сильный зуд
- Избыточное (гнойное или слизистое) отделяемое из глаза
- Нечеткость зрения, резкое снижение остроты зрения, двоение, затуманивание, расплывчатость границ предметов
- Непривычный дискомфорт

Если Вы заметили любой из этих симптомов, срочно позвоните доктору нашей клиники. Если наши кабинеты не работают, не надевайте линзы и срочно обратитесь в городские круглосуточные кабинеты экстренной офтальмологической помощи (адрес см. в конце инструкции).

Не пытайтесь игнорировать подобные ситуации или заниматься самолечением!

В данных случаях требуется немедленная профессиональная оценка проблемы.

Лечение необходимо начать своевременно, чтобы избежать серьезных повреждений глаз.

- 2. ПРИ ПРОСТУДЕ, ГРИППЕ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ЛИНЗЫ НОСИТЬ НЕЛЬЗЯ.** Нужно провести их дезинфекцию, аккуратно вытереть чистой салфеткой и положить в сухой контейнер для хранения, а при повторном использовании провести дезинфекцию заново.
3. Никогда не нагревайте линзы выше 50°С, так как это может привести к их деформации, после чего они станут непригодны для использования (это касается любых жестких газопроницаемых линз).
4. Не используйте средства ухода за линзами с истекшим сроком годности.
5. Пользуйтесь только теми средствами, которые рекомендовал Вам доктор. Использование неподходящих растворов и

очистителей может повредить ваши линзы.

6. Для смачивания линз не используйте ничего, кроме рекомендованных каплей/растворов, рекомендованных доктором.
7. Ни один из растворов не применяйте вторично. Также это касается контейнеров, они меняются вместе с растворами.
8. Всегда закрывайте колпачками флаконы с растворами для обработки линз и капли после использования. Не касайтесь носиков флаконов, чтобы на них не попали бактерии.
9. Все манипуляции с линзами выполняйте аккуратно и не торопясь. Грубое и неаккуратное использование линз может привести к их утере или поломке.
10. Следите, чтобы кожа на пальцах была мягкой, а ногти аккуратно подстрижены.
11. Всегда начинайте надевать линзы с одного глаза, чтобы не перепутать их.
12. При пробуждении после ночного сна линза может стать неподвижной (будет ощущение «залипания»). Это происходит из-за снижения выработки слезы во время сна. Подвижность линзы необходимо восстановить, и лишь затем снимать ее. Техника восстановления подвижности линзы описана в разделе «Техника обращения с ортокератологическими линзами». Не пытайтесь снять неподвижную линзу – Вы можете травмировать роговицу!
13. Избегайте попадания на линзы различных аэрозолей, кремов,

частиц туши и т.п.

Необходимо смыть косметику до надевания линз на ночь.

Косметика на жировой основе более опасна для любых жестких газопроницаемых линз, чем косметика на водорастворимой основе.

14. Не используйте никаких инструментов без рекомендации врача (например, пинцетов). Линзы следует брать подушечками пальцев, при этом – не сжимайте их резко и с силой. Страйтесь не ронять линзы на твердые поверхности и не касаться их ногтями, так как это приводит к появлению царапин, микротрещин и, в результате, к неожиданной поломке линз.

15. Всегда консультируйтесь с вашим доктором, если собираетесь пользоваться какими-либо лекарственными глазными каплями.

16. Рекомендованный режим ношения: каждую ночь, 8-11 часов. Без согласования с доктором не меняйте самостоятельно режим ношения линз. **Дневной сон без линз ослабляет эффект.**

17. Срок службы линз при условии правильной эксплуатации составляет 1-1.5 года.

18. Не выбрасывайте коробочки от производителя линз с параметрами, которые вы получили от доктора. В случае корректировки линз они потребуются для замены.

19. Крайние проявления экономии на растворах, как, например, использование физиологического раствора для хранения линз, или еще хуже водопроводной воды, недопустимо.

УХОД ЗА ЛИНЗАМИ

В Ваш набор входит:

- Дезинфицирующая пероксидная система (EverClean)
- Раствор для сполоскания линз
- Резиновый съемник. Используется для снимания линз при невозможности снимания другими методами.

EverClean позволяет очищать линзы без механической очистки, но если доктор отметит избыточные отложения на линзах под микроскопом, то может рекомендовать вам добавить дополнительную очистку к системе ухода (раствор для механической очистки линз (Boston Advance)).

НАДЕВАНИЕ ЛИНЗ ПЕРЕД СНОМ

1. Осмотрите свои глаза в зеркало, убедитесь, что они здоровы.
2. Вымойте руки с мылом, не содержащим ароматических добавок и красителей (лучше детским).
3. Вытрите руки полотенцем, не оставляющим ворсинок, или дождитесь их высыхания.
4. Достаньте контейнер раствора для сполоскания линз, заполните его раствором и оставьте с открытыми крышечками.
5. Откройте крышечку контейнера EverClean. Достаньте линзы из держателей и разложните их согласно маркировке в контейнер.

6. Сполосните контейнер EverClear раствором для сполоскания линз и положите на салфетку в раскрытом виде, чтобы он высох за ночь.
7. Капните 1-2 капли раствора для сполоскания линз в линзу и наденьте правую, а затем левую линзы.
8. Сполосните горизонтальный контейнер и крышки раствором для сполоскания линз (не используйте водопроводную воду!) и также положите на салфетку в раскрытом виде, чтобы он высох за ночь.
9. Спокойно спите до утра!

СНЯТИЕ ЛИНЗ УТРОМ

Внимание! Снимать линзу можно только тогда, когда она подвижна на глазу!

1. Убедитесь в наличии линз на глазах и их подвижности (с помощью фонарика).
2. Вымойте руки с мылом, не содержащим ароматических добавок (лучше детским).
3. Вытрите руки полотенцем, не оставляющим ворсинок, или дождитесь их высыхания.
4. Снимите правую линзу и положите в зеленый держатель крышки от контейнера EverClean.
5. Снимите левую линзу и положите в белый держатель крышки от контейнера EverClean. (имеет выгравированную фигуру сердца, «сердце слева»)

6. Залейте раствор EverClean по риске прозрачного контейнера. И поместите в него 1 таблетку.
7. Закрутите крышку с линзами в прозрачный контейнер. (если раствор сильно пузырится и выливается из контейнера, предварительно промывайте линзы раствором для споласкивания линз).
8. Процесс очистки и нейтрализации занимает 2 часа. По окончании процесса раствор окрашивается в светло-зелёный цвет. Если цвет после 2-х часов не поменялся, потрясите, возможно осталась часть таблетки.
9. Произведите дезинфекцию еще раз, если линзы находятся в растворе больше 48 часов или раствор после встряхивания не поменял цвет.
10. Перед надеванием линзы помещаются (или споласкиваются) в раствор для споласкивания и надеваются в привычном режиме.
11. Помните, что ни в коем случае нельзя путать контейнеры от принципиально разных систем очистки.
12. При потере или повреждениях линзы (царапины, трещины, сколы, поломка, а также изменение формы вследствие нагревания и т.п.) Вам необходимо будет купить новую, по текущей цене прейскуранта.

Техника обращения с ортokerатологическими линзами

Как надевать линзы

Внимание: линзы можно надевать только на здоровые глаза!

1. Вымойте руки и тщательно сполосните их, чтобы удалить все следы мыла.
2. Всегда следует начинать с правого глаза и Вашей правой линзы. Это позволит Вам никогда не путать линзы.
3. Если Вы левша и Вам удобнее начинать слева, всегда начинайте с левого глаза и левой линзы. Соответственно, левшам все дальнейшие инструкции также следует выполнять, используя левую руку вместо правой и наоборот.
4. Аккуратно достаньте правую линзу. Не вынимайте вторую линзу из контейнера, пока не надели первую, и не почувствовали, что она на месте и комфорtnа.
5. Осмотрите линзу.
6. Поместите правую линзу на кончик вашего правого указательного пальца. Пальцем той же (правой) руки оттяните нижнее веко вниз.
7. Указательным пальцем левой руки оттяните верхнее веко вверх, чтобы было полностью видно радужку. Хорошо придерживайте оба века за ресничный край. Смотрите прямо перед собой в зеркало и медленно подносите линзу к центру

роговицы. Контролируйте свои движения в зеркале вторым глазом.

8. Нет необходимости прижимать линзу к глазу, потому что влажная линза сама притягивается к роговице, когда соприкоснется со слезной пленкой.
9. Медленно отпустите веки и смотрите вниз несколько секунд.
10. Проделайте то же самое с левой линзой.
11. Если вам не удается надеть линзу, обратитесь к вашему доктору.

Как центрировать линзы

1. Неправильно надетая линза может сместиться с роговицы и оказаться не в ее центре. Это легко исправить описанным ниже способом:
 - Посмотрите в зеркало, открыв глаз как можно шире, чтобы видеть линзу.
 - Когда Вы нашли линзу, посмотрите в направлении, противоположном тому, где она находится.
 - Поместите указательный палец рядом с линзой и, осторожно поглаживая, двигайте ее к центру, медленно поворачивая глаз навстречу.
 - Если Вам не удается центрировать линзу, попробуйте снять ее и надеть снова.
 - Не используйте ногти, чтобы снять линзу или центрировать ее. Вы можете посоветоваться с Вашим доктором насчет других методов центрирования линз.
2. Не волнуйтесь - линза никогда не попадет «за глаз», не

«провалится в глазницу» и т.п., поскольку в силу строения глаза такое невозможно. Линзу всегда можно снять и надеть снова. Если не получилось вновь - обратитесь к вашему доктору, и он Вам поможет.

Как снимать линзы

Существует 2 основных способа.

Первый способ:

1. Перед тем, как снимать линзы, руки следует помыть с мылом и тщательно сполоснуть.
2. Контейнер и растворы должны быть рядом.
3. Зеркало должно лежать на столе горизонтально.
4. На столе должна лежать чистая не ворсистая салфетка, чтобы линза упала на нее, а не на стол, где она может поцарапаться.
5. Наклоните голову, прижмите подбородок к груди.
6. Откройте глаза как можно шире.
7. Поместите правый указательный палец на наружный угол правого глаза.
8. Глядя в зеркало на свой глаз, потяните веки правым указательным пальцем книзу и немножко вверх (можно одновременно снизу нажать на нижнее веко пальцем) и моргните.

9. Линза должна выпасть.
 10. Хорошо, если при этом Вы держите левую ладонь под глазом, и поймаете линзу.
 11. Снимите линзу с левого глаза таким же образом, используя левую руку. Если вам не удается снять линзу, обратитесь к вашему доктору.
- Второй способ:**
1. Средним или указательным пальцем левой руки плотно удерживайте ребро верхнего века, отогнув ресницы.
 2. Средним или указательным пальцами правой руки мягко, но плотно прижмите ребро нижнего века к глазу.
 3. Двигайте веки навстречу друг другу, как будто закрываете глаз, прижимая их при этом к глазному яблоку.

Залипание линз

1. При пробуждении после ночного сна ОК-линзы могут оказаться неподвижными («залипнуть» на роговице). Подвижность линз необходимо восстановить, используя раствор или капли, которые рекомендовал вам ваш доктор.
2. Нужно закапать в каждый глаз 1 - 2 капли раствора для сполоскания линз.
3. Можно мягко, надавив на край нижнего века, «подтолкнуть» линзу вверх.

4. Эту процедуру можно повторить 2- 3 раза.
5. Если описанные действия не помогли - аккуратно, легко помассировать веки, стараясь сдвинуть линзу с роговицы.
6. Как только линза восстановила подвижность, ее можно снять с помощью стандартной техники.
7. Если подвижность линзы так и не восстановилась - немедленно обратитесь к вашему доктору.
8. Не пытайтесь снять неподвижную линзу - Вы можете травмировать роговицу!

Использование съемника

При сложностях в снимании линз обычными методами может быть использован съемник.

1. Убедитесь в наличии и подвижности линз на глазах с помощью фонарика.
2. Капните каплю многофункционального раствора на присасывающую поверхность съемника.
3. Возьмите съемник за кончик рукоятки большим и указательным пальцем правой руки.
4. Средним пальцем правой руки фиксируется нижнее веко, большим или средним пальцем левой руки - верхнее.
5. Поставьте съемник в нижнюю треть линзы, линза прилипнет к

съемнику.

6. Поставьте линзу на внутреннюю поверхность на подушечку указательного пальца левой руки и, придерживая большим пальцем, скользящим движением вбок (не вверх!) уберите съемник с линзы.

Помните, что пунктуальное выполнение наших инструкций - залог здоровья Ваших глаз.

График контрольных осмотров

Визиты до 1,5-2 мес. (подбор) без записи по бесплатному талону (по согласованию с врачом)

Наименование	Дата	Комментарии
Подбор ОКЛ		
Получение ОКЛ, обучение		
Осмотр после 1 ночи		
Осмотр через 1 неделю		
Осмотр через 1 месяц		



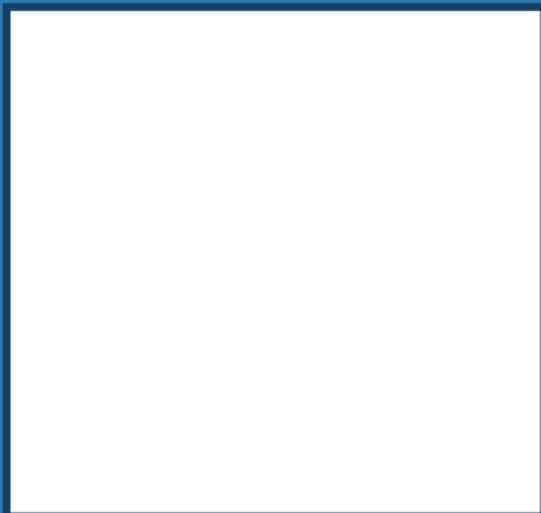
ЕВРОСТИЛЬ

КЛИНИКА МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА

**Помните, что пунктуальное выполнение наших
инструкций – залог здоровья Ваших глаз.**

Наши врачи всегда готовы оказать Вам поддержку.

Желаем Вам здоровья и успешного ношения ОК-линз!



Экстренный номер доктора: 8-923-710-92-04

**ВидеоИнструкция доступна на сайте:
WWW.OPHTHALMOGNOSIS.RU**

ООО «Клиника Микрохирургии глаза «Евростиль»

г. Барнаул
ул. Молодежная, 36

+7 (3852) 669 669
+7 (3852) 66-99-66

Пн-пт: 9:00-17:00
Сб: 9:00-16:00

**НЕОТЛОЖНАЯ
глазная помощь:**

ул. Петра Сухова, 13, Глазной травм пункт,
Городская больница № 8
тел.: +7 (3852) 77-23-98