

## Wskazówki dotyczące użytkowania stabilnoksztatnych soczewek kontaktowych

Z materiałów BOSTON i materiałów innych producentów



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

CE 0483

Polnisch

## Spis treści

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

1

## Stosowane symbole

CE 0483

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



Należy zużyć do / Data ważności



Należy przestrzegać warunków prawidłowego użytkowania!



Wskazówki dot. zachowania bezpieczeństwa



Numer produkcji



Nie używać jeśli opakowanie jest uszkodzone



Produkt medyczny



Niesterylne

2

## Prawidłowe widzenie dzięki soczewkom kontaktowym podnosi jakość życia

Już na samym początku życzymy dużo satysfakcji z użytkowania stabilnoksztatnych soczewek kontaktowych.

Przeznaczone dla Państwa stabilnoksztatne soczewki kontaktowe wykonane są z najwyższą precyzją i indywidualnie dopasowywane z największą starannością tak, by można było cieszyć się z wszystkich ich zalet. Zapewne już teraz są Państwo przekonani o zaletach stabilnoksztatnych soczewek kontaktowych. Dzięki tej nowoczesnej metodzie korygowania wady wzroku, uzyskujecie Państwo taką samą zdolność widzenia jak osoba widząca prawidłowo.

## Opakowanie

Stabilnoksztatne soczewki kontaktowe firmy HECHT Contactlinsen GmbH dostarczane są do specjalisty kontaktologa oddzielnie w oryginalnie zamkniętym i zabezpieczonym pojemniku. Przechowywane są one w płynie do przechowywania stabilnoksztatnych soczewek kontaktowych (skład: hydroksypropylometyloceluloza, poloxomer, wersenian disodu 0,1%, biguanid poliheksametylenowy 0,0004 % w izotonicznym i buforowanym roztworze soli fizjologicznej lub wersenianie sodu, poliheksanidzie i polimerami rozpuszczalnymi w wodzie, znajdującymi się w buforowanym, izotonicznym roztworze).

Jeśli otrzymali Państwo soczewki kontaktowe firmy HECHT Contactlinsen w oryginalnym pojemniku, podczas 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 słyhać 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**. Wówczas należy koniecznie zwrócić się do specjalisty, a soczewek można będzie używać dopiero za jego zezwoleniem. Data ważności oznacza, że płyn do przechowywania soczewek wykazuje właściwości dezynfekujące, aż do upływu podanego terminu.

3

## Wskazówki ogólne

Niniejsza broszura zawiera ważne informacje na temat stosowania produktu i bezpieczeństwa. Prosimy o uważne jej przeczytanie i zachowanie. W razie wątpliwości należy skontaktować się ze specjalistą. Należy przestrzegać zaleceń specjalisty, uwag na etykietach produktów do pielęgnacji soczewek kontaktowych i **wszelkich** uwag zawartych w niniejszej ulotce. 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 ta nie jest w stanie samodzielnie dowiedzieć się z broszury jak należy takie czynności wykonywać.



## Ostrzeżenia

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

- Należy przestrzegać instrukcji produktów przeznaczonych do pielęgnacji soczewek, w tym wskazówek co do zakresu temperatury ich stosowania.
- Płynu do przechowywania soczewek nie należy stosować dwa razy.
- Nie należy stosować płynów, którym upłynął termin przydatności do użycia.
- W przypadku bezpośredniego kontaktu soczewki kontaktowej lub pojemnika do przechowywania soczewek z wodą nieczystą (np.: woda z kranu, basenu, jeziora, rzeki, sportu wodnego) wzrasta ryzyko pojawienia się poważnej infekcji mikrobiologicznej.
- 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 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.
- Nie używać wody wodociągowej (z kranu).
- 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.

4

- Nie należy przechowywać soczewek w niskich temperaturach, np. w samochodzie (w okresie zimowym)
- Długie paznokcie lub paznokcie o ostrych krawędziach mogą powodować uszkodzenie soczewki kontaktowej lub 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).

## Czas przyzwyczajania się do noszenia soczewek oraz kontrole

W okresie przyzwyczajania się nie należy nosić soczewek przez cały dzień - specjalista doradzi Państwu, w jaki sposób można wydłużać czas noszenia soczewek.

Należy codziennie stosować środki do pielęgnacji soczewek, jakie zaleca producent lub specjalista.

Przynajmniej raz w roku należy zgłaszać się do kontroli u specjalisty.

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

## Warunki prawidłowego użytkowania

- Przed dotknięciem soczewek należy ręce dokładnie **umyć i wysuszyć**.
- Przed założeniem soczewki należy sprawdzić, czy nie jest ona uszkodzona.
- Soczewki, które upadły, należy podnosić wilgotnym opuszkiem palca lub za pomocą przysawki.
- Nigdy nie wolno przeciągać soczewek kontaktowych po powierzchni stołu czy 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.

5

## Właściwa pielęgnacja

Codziennie stosowanie specjalnych środków dostosowanych do pielęgnacji soczewek kontaktowych jest konieczne dla uzyskania optymalnego komfortu ich noszenia. Systematyczność i staranność odgrywa tu decydującą rolę.



**Niedostateczna pielęgnacja może doprowadzić do poważnych schorzeń (chorób oczu).**

Specjalista dobierający soczewki wybiera najbardziej odpowiedni dla Państwa system pielęgnacji. Firma HECHT Contactlinsen GmbH poleca serie pielęgnacyjne, Concare lub Boston do optymalnej pielęgnacji stabilnoksztalnych soczewek kontaktowych.

- Soczewki należy wyczyścić natychmiast po ich zdjęciu. W tym celu na wewnętrzną i zewnętrzną powierzchnię soczewki kontaktowej należy nanieść kilka kropli płynu czyszczącego i rozcierać go palcami (między kciukiem i palcem wskazującym), nie naciskając – przynajmniej przez 20 sekund.
- Soczewki należy **gruntownie spłukać** płynem do płukania i włożyć je do pojemnika na soczewki wypełnionego świeżym płynem do przechowywania.
- 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). Aby proces dezynfekcji przebiegał prawidłowo, koniecznie należy przestrzegać wskazówek znajdujących się na środkach używanych do pielęgnacji soczewek.
- Dodatkowe specjalne środki czyszczące lub usuwające białko:** w niektórych przypadkach konieczny jest dodatkowy środek czyszczący powierzchnię soczewki, który może być stosowany codziennie naprzemiennie z regularnym środkiem czyszczącym lub raz w tygodniu. Aby otrzymać optymalny wynik pielęgnacji soczewek, częstotliwość stosowania dodatkowego środka czyszczącego należy uzgodnić ze specjalistą.

Należy pamiętać również o tym, by pojemnik na soczewki kontaktowe systematycznie czyścić (co najmniej raz w tygodniu) i wymieniać (średnio co 3-6 miesięcy). Mimo starannego czyszczenia pojemnika nie można wykluczyć, że mnożą się w nim drobnoustroje, które mogą zostać przeniesione do oczu wraz z soczewkami.

6

## 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: .....

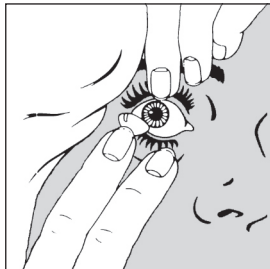
Liczba godzin/dzień: ..... data: ..... specjalista: .....

7

Zachowanie takiego procesu pielęgnacji przyczyni się do komfortowego noszenia soczewek. Pomimo wszelkich przyzwyczajaj proces ten powinien przebiegać niezmiennie w takiej samej formie. Tylko taka pielęgnacja zapewni, iż osady z powierzchni soczewki kontaktowej zostaną skutecznie usunięte, a soczewki kontaktowe prawidłowo zdezynfekowane.

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

## Zakładanie



Soczewkę kontaktową położyć na opuszkę palca wskazującego. Obojgiem oczu patrzeć w lustro, 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 oku, bez dociskania jej (patrz: rysunek). Jeśli soczewka nie znajduje się na środku rogówki, to należy ją ostrożnie wyjąć z oka za pomocą przysawki i rozpocząć zakładanie jeszcze raz od początku.

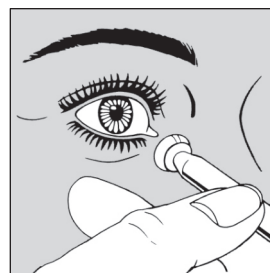
Alternatywnym sposobem jest propozycja zakładania za pomocą specjalnej przysawki.

Specjalista wskaże Państwu, która metoda w Państwa przypadku jest lepsza.

8

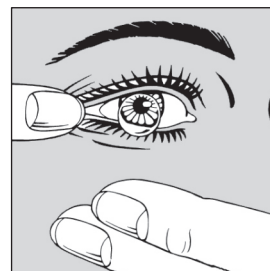
## Zdejmowanie

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



### Metoda A

Wziąć przysawkę w palec między kciuk a palec wskazujący, a palcem środkowym tej samej ręki odciągnąć dolną powiekę w dół. Drugą ręką odciągnąć górną powiekę w górę. Przysawkę dostawić ostrożnie do środka soczewki kontaktowej i przy jej pomocy zdjąć soczewkę ruchem odciągającym.



### Metoda B

Szeroko otworzyć oko, palcem odciągnąć zewnętrzny kącik oka na zewnątrz i mrugać. Jednocześnie drugą ręką trzymać pod okiem tak, by soczewka spadła na dłoń. Jeśli praktyka taka budzi opory natury fizjologicznej, to zalecana jest „Metoda A”.

9

## Makijaż

Nosząc soczewki kontaktowe nie trzeba rezygnować z makijażu. Wprost przeciwnie – specjaliści i konsultanci z zakresu kosmetyki nie wykluczają stosowania kosmetyków do oczu osobom noszącym soczewki kontaktowe. Cienie do powiek w postaci kremów, konturówka do oczu i tusz do rzęs są sprawdzone klinicznie, a ich skład dobrano 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 soczewek.
- Makijaż oczu powinien być wykonany kosmetykami wolnymi od tłuszczu, dającymi się zmyć wodą i przeznaczonymi specjalnie dla osób noszących soczewki kontaktowe.
- Lakier do włosów należy stosować przed założeniem soczewek.
- Prosimy uwzględnić, iż po zmianie kosmetyku do twarzy lub pod oczy może zmienić się nawilżenie soczewki.

Nie należy stosować:

cieni do powiek w pudrze, tuszu do rzęs z włoskami oraz konturówek do oczu nakładanych na wewnętrzną część powieki. Substancje te są często przyczyną zabrudzenia powierzchni soczewek kontaktowych powodując dyskomfort podczas noszenia.

## Czas noszenia soczewek

Stabilnoksztalne 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 mrugnieniach. Użycie w tej sytuacji kropli nawilżających ułatwi poruszanie się soczewki kontaktowej i nawilży powierzchnię oka.

Wskazówki uzyskacie Państwo u swojego specjalisty.

10

## Czas użytkowania soczewek

Czas użytkowania soczewek zależy od:

- materiału, z jakiego wykonane są soczewki
- parametrów soczewek
- sposobu obchodzenia się z nimi
- pielęgnacji
- stopnia mechanicznego eksploatacji
- sposobu noszenia: codzienne lub sporadyczne

W ramach regularnych kontroli (przynajmniej raz w roku), należy zlecić specjalistę dobierającemu soczewki sprawdzenie funkcjonalności i bezpieczeństwa stosowania soczewek kontaktowych. Podczas codziennego noszenia stabilnoksztalnych soczewek zaleca się ich regularną wymianę w celu ich dalszego bezpiecznego stosowania. Okres między kolejnymi wymianami powinien wynosić od 18 do 24 miesięcy.

## Ulotka informacyjna (zgodna z wymogami prawnymi)

### Stabilnoksztalne soczewki kontaktowe do nakładania na oko

#### Wskazówki ogólne

Prosimy uważnie przeczytać niniejszą ulotkę informacyjną. Zawiera ona ważne informacje o stosowaniu produktu i bezpiecznym jego użytkowaniu. Pytania dodatkowe dotyczące noszenia soczewek kontaktowych prosimy 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, to nie ma ona żadnego działania optycznego.

11



### 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 zestawów pielęgnacyjnych.

O powyższym pamiętać należy przede wszystkim przy stosowaniu soczewek kontaktowych po raz pierwszy.

Leki mogą powodować zmiany nawilżania soczewek płynem łzowym, a także wpływać na tolerancję soczewek kontaktowych.

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.

Kropki do oczu z zasady nie powinno się wkraplać na soczewki. Są od tego nieliczne wyjątki. Pytania dot. tej kwestii prosimy kierować do okulisty.

Stabilnokrystalne soczewki kontaktowe nie są przeznaczone do łączenia (kontaktu) z lekami.



### Działania uboczne

Chociaż stabilnokrystalne soczewki kontaktowe są z reguły bardzo dobrze tolerowane, to nie można do końca wykluczyć reakcji z następującymi zjawiskami towarzyszącymi:

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

- wzmożone uczucie obecności 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 trzeba zawsze bardzo starannie czyścić i dezynfekować. Soczewek nie powinno się nosić przez okres dłuższy niż to jest 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 rozpoczynaj używania soczewek kontaktowych, których data ważności została przekroczona. Nie używaj produktów do pielęgnacji soczewek kontaktowych, których data ważności została przekroczona. 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.