

UPUTE ZA KORISNIKE MEKANIH KONTAKTNIH LEĆA

Individualne kontaktne leće po mjeri Vašeg oka

UPUTE

Mekane kontaktne leće za korekciju kratkovidnosti,
dalekovidnosti, prezbiopije, keratokonusa i
astigmatizma - jedinstven spoj
individualnog dizajna i vrhunskih materijala

**PAZITE NA ROK TRAJANJA OTOPINA
OD PRVOG OTVARANJA!**

HR / BIH

SADRŽAJ

Kontraindikacije	3
Nuspojave	4
Upozorenja / Mjere opreza	5, 6
Stavljanje leća	7
Skidanje leća	8
Održavanje leća	9, 10
Tablica mekanih leća	11
Značenje oznaka na pakiranju	12



UPUTE ZA KORIŠTENJE MEKANIH KONTAKTNIH LEĆA

ZDRAVLJE VAŠIH OČIJU JE NAJVAŽNIJE!

Ove upute sadrže važne preporuke za ispravno i sigurno korištenje kontaktnih leća. Kontaktne leće Vam treba propisati očni specijalist, a kod prvog propisivanja neophodna je stručna edukacija o njihovom pravilnom stavljanju i održavanju. Molimo da pažljivo pročitate ove upute te slijedite preporuke Vašeg kontaktologa o načinu korištenja leća i redovitim kontrolnim pregledima. Nemojte si sami propisivati leće jer tako možete naštetiti svom vidu i očima!

KONTRAINDIKACIJE

Nemojte nositi leće u slučaju:

- infektivnih i neinfektivnih upala oka, posebno u slučaju crvenila, boli i/ili sekreta u oku
- očnih bolesti na rožnici, spojnici ili vjeđama
- sustavnih bolesti (imunosupresivne bolesti, alergije i druge) koje zahvaćaju oči
- loše osobne higijene ruku i noktiju
- teških oblika suhog oka i/ili uzimanja lijekova koji utječu na suzni film
- prvi pregled za kontaktne leće ne preporučuje se za vrijeme trudnoće ili dojenja

- boravka u prostorima s iznimno suhim zrakom
- izloženosti česticama prašine i kemikalijama u obliku para
- smanjene osjetljivosti rožnice
- nekontroliranog glaukoma
- problema s rukovanjem kontaktnih leća, primjerice kod starijih bolesnika i/ili oboljelih od Parkinsonove bolesti te bolesnika s parezom ili malformacijama ruke
- psihološke odbojnosti prema stavljanju stranih tijela u oko
- nemogućnosti razumijevanja rizika i praćenja uputa za održavanje leća

NUSPOJAVE

U slučaju **smanjene udobnosti i osjećaja stranog tijela** odmah izvadite kontaktne leće te ih pažljivo pregledajte jesu li onečišćene ili oštećene. Ako je kontaktna leća zaprljana, prije ponovnog stavljanja je temeljito isperite (ne vodom!), očistite i dezinficirajte prema preporuci. Oštećenu leću ne smijete ponovno stavljati u oko.

U slučaju pojave sljedećih znakova i simptoma:

- izraženijeg osjećaja stranog tijela, probadanja ili boli u očima
- crvenila oka i/ili prisutnosti iscjetka
- žarenja, svrbeža ili suzenja oka
- izražene suhoće očiju
- osjetljivosti na svjetlo
- smanjene oštrina vida
- pojave raspršivanja ili aureola oko izvora svjetla

odmah izvadite leće te se javite vašem očnom specijalistu!

UPOZORENJA / MJERE OPREZA

- Slijedite upute koje ste dobili prilikom pregleda i redovito odlazite na **kontrolne preglede**. Mekane leće često prikrivaju simptome upala rožnice i spojnice oka, a mnoge promjene mogu se primjetiti znatno prije pojave simptoma. **Ne idite na preglede samo kad se dioptriya promijeni!**
- Ozbiljni problemi s očima, poput ulkusa rožnice, mogu brzo napredovati i dovesti **do gubitka vida**.
- Rizik od nastanka ovih problema veći je među korisnicima leća koji puše u odnosu na nepušače.
- Nikada **ne koristite običnu vodu** za ispiranje leća, jer nije sterilna i sadrži dosta kamenca koji šteti vašim lećama. Dokazana je veza iznimno opasnih infekcija rožnice i ispiranja mekanih leća s običnom vodom, kao i infekcije prilikom nošenja leća u bazenima ili prilikom tuširanja. Ukoliko se bavite plivanjem svakako nosite zaštitne naočale.
- **Za ispiranje mekanih kontaktnih leća koristite Avizor otopinu ili Avizor Saline fiziološku otopinu**. Nikada ne koristite običnu fiziološku otopinu budući da je ona odličan medij za razvoj mikroorganizama.
- Držite otopine izvan dosega djece.
- Lak za kosu i slični aerosoli mogu oštetiti vaše leće. Ukoliko nanosite sprej, zatvorite oči i odmaknite se nakon što ga nanesete.
- **U slučaju iritacije očiju nekim kemijskim sredstvom ili peroksidnom otopinom, izvadite leće iz očiju, dobro isperite oči tekućom vodom ili navedenom fiziološkom otopinom i odmah konzultirajte Vašeg očnog specijalista!**
- **Ne nosite leće za vrijeme spavanja** osim kada je to dozvolio očni specijalist.
- Savjetujte se s Vašim očnim specijalistom u vezi nošenja leća tijekom **sportskih aktivnosti**, posebno ukoliko se radi o plivanju ili tuširanju s lećama nakon treninga.

- Leće izvadite i vratite u spremnik/etui uvijek **istim redoslijedom** kako ne bi došlo do zamjene.
- Posebno pazite na pravilnu upotrebu **peroksidnih otopina** i pridržavajte se uputa! Sve bočice s peroksidnim otopinama imaju upozoravajući crveni čep na bočici. Pročitajte upute proizvođača kako biste sigurno mogli upotrebljavati ove vrlo efikasne otopine.
 - vodite računa o potrebnom vremenu za proces neutralizacije i ne kombinirajte odabranu otopinu s posudicama drugih proizvođača.
 - peroksidne otopine ne sadrže konzervanse te se ne preporučuju za duže pohranjivanje leća.
- **Oštećenu leću nikada ne stavljajte u oko!**
- Ako su Vam leće postale neudobne ili ste primijetili crvenilo oka, skinite ih sa očiju. **Ukoliko osjećaj neugode ostane i nakon vađenja, odmah kontaktirajte svog očnog specijalista za kontaktne leće.**
- Ne koristite leće duže od preporučene dužine nošenja od strane proizvođača. Rok trajanja je označen na kutijici ili bočici.
- **Kontaktne leće sa UV zaštitom** ne mogu biti nadomjestak nošenju sunčanih naočala budući da prekrivaju samo rožnicu i maleni dio bjeloočnice oka. **Za potpunu UV zaštitu potrebno je nositi kvalitetne sunčane naočale.**
- Na očnom pregledu **napomenite da nosite leće.**
- Mnoge kapi za vlaženje očiju nisu kompatibilne s kontaktnim lećama.
- Pri svakoj kupnji provjerite sadržava li kupljeno pakiranje kontaktnih leća ili otopina sve što je navedeno na deklaraciji.
- Pažljivo otvarajte bočicu prilikom vađenja leće – dio vanjskog poklopca sadrži metal.
- Pažljivo koristite **sapune, losione, kreme, kozmetiku i dezodoranse** jer mogu izazvati iritaciju ako dođu u dodir s lećama.
- Uvijek imajte **rezervni par** leća ili naočale sa sobom.
- Nositeljima kontaktnih leća preporučuje se **redovita kontrola** kod očnog specijalista barem jedanput godišnje ili češće prema uputama. Ne idite na preglede samo kad se promijeni dioptriya ili nastupi problem!

STAVLJANJE LEĆA

Prije postavljanja leća na oči **temeljito operite ruke** te ih potpuno **posušite**. Vaše mekane leće nikako ne smiju doći u doticaj s običnom vodom. Prije nanošenja preparativne / dekorativne kozmetike leće uvijek prvo postavite na oči, dok kod skidanja kozmetike leće prve skinite. Kontaktne leće najlakše se stavljaju uz pomoć ogledala iznad ravne površine.

Vaše mekane leće ne smiju doći u doticaj s običnom vodom!

Prije vađenja nove leće iz bočice/pakiranja provjerite ima li oštećenja te koji je rok trajanja. U slučaju oštećenja ili isteka roka trajanja nemojte upotrebljavati leću. **VAŽNO!** Kod prvog otvaranja **pažljivo skinite poklopac jer sadrži metal**. Držeći bočicu jednom rukom, drugom rukom podignite poklopac čepa prema gore. Zatim ga povucite prema sebi i prema dolje u stranu kako bi čep potpuno skinuli sa silikonskog čepa. Nakon toga možete jednostavno podignuti silikonski čep i izliti kontaktnu leću s tekućinom na dlan. Poželjno je leću prije stavljanja isprati otopinom (**Avizor Saline ili Alvera**). Nakon prvog vađenja leće čuvajte u kutijicama koje ste dobili s Avizor otopinama.

Uvijek **prvo postavljajte desnu leću** kako biste vremenom stvorili naviku i smanjili mogućnost zamjene desne i lijeve leće.

Leće u etuiju razlikujemo pomoću oznaka koje se nalaze na poklopcu, poput simbola SRCA koji se nalazi na poklopcu lijeve leće ili oznaka R i L koje znače „desno“ i „lijevo“. **Desnu leću stavite na vrh desnog kažiprsta.**

Provjerite je li okrenuta na pravu stranu (vidi crtež).

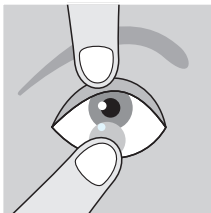


Srednjim prstom lijeve ruke podignite gornju vjeđu desnog oka s laktom iznad glave i čvrsto je zadržite.

Srednjim prstom desne ruke povucite donju vjeđu prema dolje.

Tada pogledajte ravno ispred sebe i **nježno dodirnite oko** kažiprstom na kojemu je leća.

Lagano odmaknite prst i pustite vjeđe.



Ako leću niste postavili pravilno ponovite postupak.

Postupak za **stavljanje lijeve leće** je identičan osim što sada postupak započinjete s lijevom lećom na vrhu lijevog kažiprsta.

Ukoliko vas leća smeta, skinite je, isperite otopinom i provjerite da li je leća pravilno okrenuta.

Prvi dan leće smijete nositi 4 sata. Svaki slijedeći dan produžite vrijeme nošenja za 2 sata sve dok ne dosegnete preporučeni dnevni maksimum od 8 do 10h.

Ukoliko leće već nosite maksimalan broj sati, i nove leće također možete nositi prema preporučenom dnevnom maksimumu.

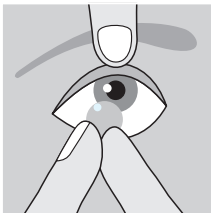
SKIDANJE LEĆA

Prije skidanja leća temeljito operite ruke blagim sapunom te ih dobro posušite. Uvijek **prvo skidajte desnu leću.**

Kažiprstom ili srednjim prstom **lijeve ruke povucite desnu gornju vjeđu** prema gore s laktom iznad glave.

Srednjim prstom **desne ruke povucite donji kapak** prema dolje, a kažiprstom i palcem **desne ruke primite leću** i izvadite je iz oka.

Pazite da leću vadite jagodicama prstiju, a ne noktima. Ukoliko imate poteškoća, probajte leću „otklizati“ u donji dio oka te ju tada izvaditi. Uvijek provjerite da Vam je leća na sredini oka



Pazite da mekanu leću iz oka vadite jagodicama prstiju, a ne noktima.

ODRŽAVANJE

Nakon svakog skidanja leće treba dobro očistiti. Kod čišćenja mekanih leća potrebno je **pridržavati se uputa proizvođača otopina**, jer nepridržavanje može dovesti do ozbiljnih posljedica.

Naša preporuka za održavanje mekanih leća su **Avizor otopine**.

Preporučljivo je leće prije uranjanja u kutijicu protrljati jagodicom kažiprsta na dlanu koristeći otopinu.

Nakon toga leće isperite s istom otopinom te ih odmah uronite u čistu i svježju otopinu koja mora u potpunosti prekriti leću.

Ovaj postupak ne primjenjuje se kod peroksidnih otopina (**Avizor ONE STEP**)!

Molimo prije upotrebe pročitajte upute za svaku od navedenih otopina.

Ukoliko su Vam propisane **3-mjesečne ili godišnje leće**, preporučljivo je koristiti enzimske tablete za uklanjanje bjelanchevinastih naslaga na lećama. Naša preporuka su **Avizor Enzyme** tablete za dubinsko čišćenje.

Za dodatno vlaženje Vaših očiju možete, u dogovoru s Vašim očnim specijalistom, koristiti umjetne suze (**Avizor Lacrifresh Moisture Drops**).

Nepidržavanje uputa proizvođača otopina za održavanje leća može prouzročiti ozbiljne posljedice po zdravlje vaših očiju.

Leće u bočici ili posudici sterilne su do otvaranja. Za daljnju dezinfekciju i čišćenje morate se pridržavati uputa. Pazite da otopine koristite samo u predviđenom vremenskom roku od otvaranja.

Nakon upotrebe otopinu uvijek čvrsto zatvorite. Vrh otvorene bočice ne smije doći u doticaj s rukama, očima ili drugim površinama. Jednom kontaminirana otopina stalno predstavlja rizičan izvor zaraze.

Ne čuvajte leće u fiziološkoj otopini, jer je ona idealan medij za rast mikroorganizama.

Kao što Vaše mekane leće **ne smiju doći u doticaj s vodom**, ne smiju niti ostati na suhom. Vodite računa o tome da uvijek imate dovoljno otopine na raspolaganju.

Ne smijete **ponovno koristiti niti nadolijevati** otopinu preostalu u spremniku za leće jer ponovna uporaba smanjuje učinkovitost dezinfekcije i može odvesti do teških infekcija i gubitka vida!

Nikada **ne dijelite** leće ili otopine s drugim osobama!

Bacite preostalu otopinu u bočici nakon preporučenog razdoblja nakon otvaranja navedenog na boci. Preporučeno razdoblje nakon otvaranja nije rok valjanosti, koji je krajnji datum do kojega je proizvod učinkovit prije otvaranja.

Nemojte dopustiti da vrh bočice ili spremnika dođe u dodir s bilo kojom drugom površinom ili otopinom!

Vašu posudicu isperite Avizor otopinom za čuvanje (osim peroksidne otopine) ili posebnom fiziološkom otopinom za kontaktne leće (Avizor Saline), protrljajte i obrišite dno posudice čistom papirnatom maramicom te ostavite da se posuši.

Ne ispirite posudicu s vodom! Kod svake kupnje otopine, a najduže svaka 2 do 3 mjeseca, preporučljivo je **zamijeniti posudicu**.

Prije nego napustite zdravstvenu ustanovu u kojoj ste prvi puta stavili leće, morate biti **praktično osposobljeni za stavljanje i vađenje** kontaktnih leća. Ukoliko leće ne možete staviti sami, osposobljena treba biti osoba koja će Vam pomagati u stavljanju i održavanju leća.

naziv kontaktne leće	dnevno nošenje	postavljanje	materijal	udio vode %	nošenje
OptoSoft	X		Filcon I1	38% Hidrogel	do 12 mj.
OptoSoft Perma	X		Hioxifilcon B	49% Hidrogel	do 12 mj.
OptoSoft SH 74/65	X		Filcon V3/ Filcon V4	74%/65% Silikon Hidrogel	do 3 mj.
OptoSoft toric	X	 *	Filcon I1	38% Hidrogel	do 12 mj.
OptoSoft Perma toric	X	 *	Hioxifilcon B	49% Hidrogel	do 12 mj.
OptoSoft SH 74/65 toric	X	 *	Filcon V3/ Filcon V4	74%/65% Silikon Hidrogel	do 3 mj.

Leće su pakirane u izotoničnoj, puferiranoj otopini. Ne upotrebljavajte ako je pakiranje oštećeno. *Ovisi o dizajnu. Kontaktne leće su predviđene za dnevno nošenje, osim ukoliko Vaš očni specijalist nije preporučio drugačije.

Značenje oznaka koje ćete naći na bočicama ili kutijicama Vaših leća:

BC - bazna zakrivljenost leće

DIA - veličina (promjer) leće

Dptr - dioptrija (jakost leće)

Dcyl - cilindar (jakost cilindra)

AX - os

 - oznaka za postavljanje cilindričnih leća (ovisno o dizajnu)

 - oznaka certifikacijske kuće

 - pogledati upute za korisnike

 - šifra serije

 - vrijedi do datuma

SN - serijski broj proizvoda

 - sterilizirano parom ili vrućim zrakom

 - proizvođač

 - ne koristite ukoliko je pakiranje oštećeno



Proizvođač:

Opto Centar Optika d.o.o.

laboratorij za proizvodnju kontaktnih leća

Vlaška 64, HR-10000 Zagreb

 0476