



Інструкція  
по застосуванню  
ортокератологічних лінз



УСЯ КРАСА СВІТУ  
У ТВОЄМУ ПОГЛЯДІ...



**ДОКАРТ**  
центр сучасної медицини

## Шановний пацієнт, у нашому центрі Вам підбрано нічні ортокератологічні лінзи.

---

Для підтримки корекції Вашого зору необхідно суворо дотримуватися рекомендованого Вам режиму носіння та правил догляду за лінзами.

**Тепер успіх корекції та здоров'я Ваших очей  
повністю залежать від Вас!**



Жодне слово цієї інструкції не є зайвим чи формальним! Будь ласка, дотримуйтеся вказівок. Неправильне використання будь-яких контактних лінз та порушення правил догляду за ними може призвести до серйозних ускладнень

---

Переконайтеся, що всі пункти цієї інструкції зрозумілі. Якщо якийсь пункт викликає запитання, зверніться за роз'ясненнями до фахівця.

01

При недотриманні гігієни в процесі носіння та догляду за лінзами можуть виникнути ускладнення.

Негайно зателефонуйте та/або відвідайте нашого фахівця, якщо Ви помітили хоча б один із наведених нижче симптомів:

- Біль, відчуття стороннього тіла в очах, печіння, різь або свербіж
- Сльозотеча, світлобоязнь, почервоніння очей
- Надлишкове (гнійне або слизове) виділення з очей
- Різде зниження зору, раптова нечіткість зору або двоїння
- Незвичний дискомфорт

02

При застуді, грипі, інфекційних захворюваннях нічні та інші контактні лінзи носити заборонено!

Потрібно помити та покласти їх на зберігання у багатофункціональний розчин до одужання.

При зберіганні слід міняти розчин 1 раз на тиждень.

03

Ніколи не нагрівайте лінзи вище 50%, так як це може призвести до їх деформації, після чого вони стануть непридатними для використання (це стосується будь-яких жорстких газопроникних лінз).

04

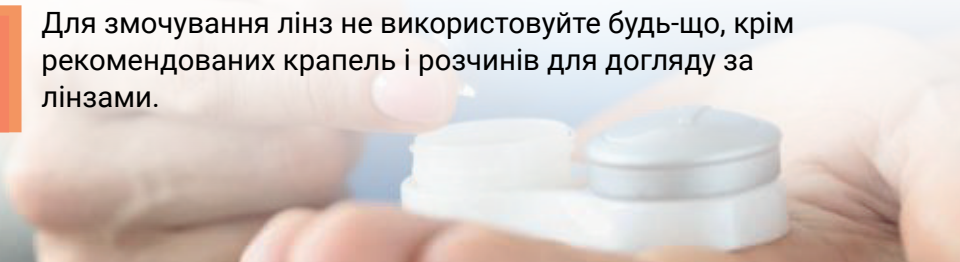
Не використовуйте засоби догляду за лінзами зі строком придатності, що минув.

05

Користуйтеся лише засобами, які рекомендував наш фахівець. Використання невідповідних розчинів та очищувачів може пошкодити Ваші очі та лінзи.

06

Для змочування лінз не використовуйте будь-що, крім рекомендованих крапель і розчинів для догляду за лінзами.



Завжди зберігайте лінзи, повністю зануреними у розчин. Намагайтеся не висушувати лінзи, часто висушування може їх пошкодити.

07

Використовуйте тільки свіжий розчин щодня, ніколи не доливайте до залишків старого розчину, що залишився в контейнері. Контейнер необхідно міняти 1 раз на 3 місяці.

08

Завжди закривайте ковпачками флакони з розчинами для обробки лінз та краплі після їх використання. Не торкайтеся носиків флаконів, щоб на них не потрапляли бактерії.

09

При всіх маніпуляціях із лінзами будьте обережні, щоб не загубити їх.

10

Завжди починайте маніпуляції з однієї лінзи (наприклад, правої), щоб не переплутати їх. Навіть при однаковій мірі короткозорості (дальнозоркості) на двох очах лінзи можуть відрізнятися за своїми параметрами.

11

При пробудженні після нічного сну лінза може стати нерухомою (відчуття залипання). Це відбувається через знижене вироблення сльози під час сну. Рухливість лінзи необхідно відновити і лише потім знімати її.

12

*Техніка відновлення рухливості лінзи описана у розділі «ТЕХНІКА ПОВОДЖЕННЯ З ОРТОКЕРАТОЛОГІЧНИМИ ЛІНЗАМИ».*

**Не намагайтеся зняти нерухому лінзу,  
Ви можете травмувати рогівку!**



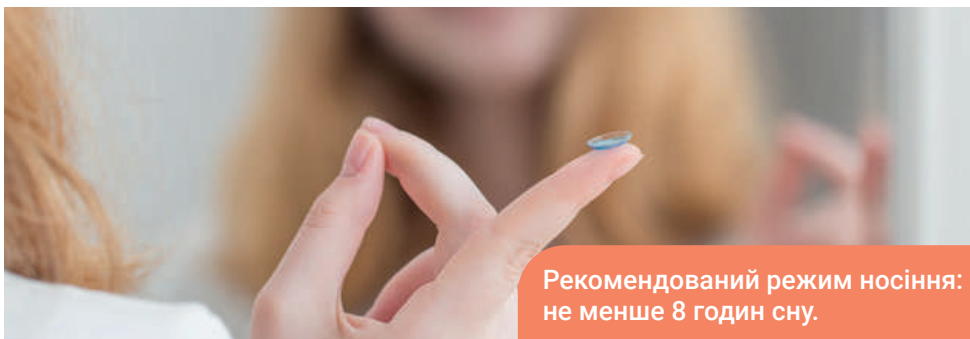
Уникайте потрапляння на лінзи різних аерозолів, кремів, частинок туші тощо. Необхідно змити косметику до надягання лінз на ніч. Косметика на жирній основі є більш небезпечною для будь-яких жорстких газопроникних лінз, ніж косметика на водорозчинній основі.



Не використовуйте жодних інструментів (пінцетів). Лінзи слід знімати подушечками пальців, або за допомогою піпетки при цьому не стискайте лінзи різко з силою.



Намагайтеся не кидати лінзи на тверді поверхні і не торкатися їх нігтями, оскільки це призводить до появи подряпин, мікротріщин і, в результаті, поломки лінз.



Рекомендований режим носіння:  
не менше 8 годин сну.

*Завжди консультиуйтеся з нашим фахівцем, якщо збираєтеся користуватися очними краплями.*

Не носіть лінзи поза періодом, рекомендованим Вам нашим спеціалістом і без згоди з ним.

---

Не хвилюйтеся - лінза ніколи не потрапить «за око», не «провалиться в очницю» тощо, оскільки через будову ока це неможливо. Лінзу завжди можна зняти та надіти знову. Якщо не вдалося знову, зверніться до нашого фахівця і він Вам допоможе.

# Зняття лінз вранці

**Увага! Знімати лінзу можна лише тоді, коли вона рухлива в оці!**

(Див.п.1 першого розділу)

- Вимийте руки з милом, що не містить ароматичних добавок (краще дитячим).
- Витирайте руки рушником, що не залишає ворсинок.
- Закачайте в очі по 1-2 краплі зволожуючих крапель.
- Наповніть відповідну частину контейнера свіжим розчином для зберігання так, щоб рідина повністю покривала всю лінзу.
- Зніміть праву лінзу з ока. Нанесіть на неї 1-2 краплі щоденного очищувача, рекомендованого нашим фахівцем.
- Акуратно та обережно потріть кожну сторону лінзи по 20 секунд між подушечками великого, вказівного та середнього пальців.

## Спосіб другий:

- Акуратно та обережно потріть кожну сторону лінзи по 20 секунд подушечкою вказівного або середнього пальця, поклавши лінзу на долоню.
- Намагайтеся поступово обробити всю поверхню лінзи. Очищувач містить речовини, які видаляють з лінз білок сльози та інші можливі відкладення та не повинен потрапляти у вічі! Якщо очищувач випадково потрапив у вічі, необхідно терміново зняти лінзи та промити очі великою кількістю води!
- Помістіть лінзу в чашку контейнера.
- Повторіть усі дії з лівою лінзою.

# Надягання лінз перед сном

- Вимийте руки з милом, що не містить ароматичних добавок та барвників (краще дитячим).
- Витріть руки рушником, що не залишає ворсинок, або не витирайте їх зовсім.
- Відкрийте кришку контейнера, де зберігається права лінза та пальцями (не нігтями!) дістаньте її.
- Ополосніть лінзу невеликою кількістю свіжого розчину для зберігання або зволоження краплями (1-2 краплі) і надягніть лінзу на праве око.
- Повторіть кроки 3 і 4 з лівою лінзою.
- Нещільно прикрийте контейнер кришками або залиште його відкритим на столі в кімнаті так, щоб він не припадав пилом, але висох за ніч (у ванній кімнаті залишати контейнер не слід).
- Спокійно спить до ранку.

---

Підбір ортокератологічних лінз - це процес, який вимагає кількох візитів до фахівця (первинне обстеження та примірка лінз, огляд після першої ночі носіння, контроль через тиждень та через місяць). Пропуски візитів до фахівця та запізнення можуть збільшити тривалість підбору.

---

Після закінчення підбору необхідні періодичні огляди у нашого фахівця, щоб бути впевненим у тому, що у Вас не виникає проблем зі здоров'ям очей при носінні нічних контактних лінз. Якщо Ви користуєтеся ортокератологічними лінзами, Ви повинні приходити на контрольні огляди 1 раз на 3 місяці (при носінні будь-яких контактних лінз – не рідше ніж 1 раз на півроку).



# **ТЕХНІКА ПОВОДЖЕННЯ**

## З ОРТОКЕРАТОЛОГІЧНИМИ ЛІНЗАМИ

# Як одягати лінзи

Якщо Вам не вдається надягти лінзу, зверніться до нашого центру.



- Вимийте руки милом і ретельно промийте їх, щоб видалити сліди мила.
- Завжди слід починати з правого ока та Вашої правої лінзи. Це дозволить Вам ніколи не плутати лінзи.
- Обережно дістаньте праву лінзу. Не виймайте другу з контейнера, поки не одягли першу, і не відчули, що вона на місці і комфортна.



- Огляньте лінзу. Ополосніть її рекомендованим розчином (не водою).
- Помістіть праву лінзу на кінчик Вашого вказівного пальця.
- Середнім пальцем тієї ж (правої) руки відтягніть нижню повіку вниз, а лівою рукою відтягніть верхню повіку, щоб було повністю видно райдужку. Дивіться прямо перед собою у дзеркало та повільно підносите ОК-лінзу до центру рогівки. Контролюйте свої рухи у дзеркалі другим оком.



- Немає необхідності притискати лінзу до ока, тому що волога лінза сама притягнеться до рогівки, коли стикається зі слізною плівкою.
- Повільно відпустіть повіки і дивіться прямо кілька секунд.
- Виконайте те саме з лівою лінзою.
- Якщо Вам не вдається надягти лінзу, зверніться до нашого центру.

# Як центрувати лінзи

*Неправильно одягнена лінза може зміститися з рогівки і не в її центрі. Це легко виправити описаним нижче способом:*

- Подивіться в дзеркало, відкривши око якомога ширше, щоб бачити лінзу.
- Коли Ви знайшли лінзу, подивіться у напрямку, протилежному до того, де вона знаходиться.
- Покладіть вказівний палець на лінзу і, обережно погладжуючи, рухайте її до центру, повільно повертаючи очі назустріч.
- Можна акуратно і ніжно, заплющивши очі, пальцями через повіку перемістити лінзу в центр.
- Якщо Вам не вдається центрувати лінзу, спробуйте зняти та надіти її знову.
- Не використовуйте нігті, щоб зняти або центрувати лінзу. Ви можете порадитись з Вашим фахівцем щодо інших методів центрування лінз.



# Як знімати лінзи

## Перший спосіб



- Перед тим, як знімати лінзи, руки слід помити з милом та ретельно сполоснути.
- Контейнер та розчини повинні бути поруч.
- Нахиліть голову, доки обличчя не буде паралельно столу.



- Розплющте очі якомога ширше
- Помістіть правий вказівний та середній пальці у зовнішній кут правого ока.
- Дивлячись вниз, потягніть повіки правим вказівним і середнім пальцями назовні трохи вгору (можна одночасно знизу натиснути на нижню повіку середнім пальцем лівої руки) і зморгніть. Лінза має випасти.



- На столі повинна лежати чиста неворсиста серветка, щоб лінза впала на неї, а не на стіл, де вона може подрятатися.
- Добре, якщо ви тримаєте ліву долоню під оком, і зловите лінзу.
- Зніміть лінзу з лівого ока таким же способом, використовуючи ліву руку. Якщо Вам не вдається зняти лінзу, зверніться до нашого фахівця.

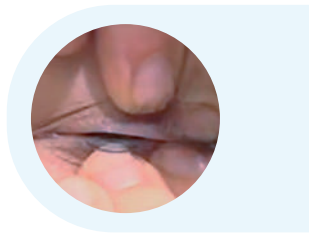
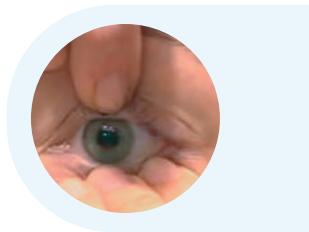
# Як знімати лінзи

## Другий спосіб

- Середнім пальцем лівої руки утримуйте верхню повіку, відігнувши назад вії.
- Середнім та вказівним пальцями правої руки м'яко, але щільно притисніть нижню повіку до ока.
- Потім потягніть обидві століття до скроні, одночасно утримуючи їх на поверхні ока.

АБО

- Рухайте повіки назустріч один до одного, ніби закриваєте око, притискаючи їх до очного яблука.



# Залипання лінз

При пробудженні після нічного сну ОК-лінзи можуть виявитися нерухомими (залипнути на рогівці). Рухливість лінз необхідно відновити, використовуючи зволожуючі краплі та легкий масаж повік.



- Потрібно закапати у кожне око 1-2 краплі зволожуючих крапель.
- Потім акуратно, легко помасажувати повіки, намагаючись зрушити лінзу з рогівки.
- Цю процедуру можна повторити двічі-тричі.



- Можна м'яко, натиснувши край нижньої повік, «підштовхнути» лінзу вгору.
- Як тільки лінза відновила рухливість, її можна зняти за допомогою стандартної техніки.
- Якщо рухомість лінзи так і не відновилася, зверніться до фахівця нашого центру.



**Не намагайтеся зняти нерухому лінзу,  
Ви можете травмувати рогівку!**



Пам'ятайте,  
що пунктуальне виконання  
наших інструкцій – запорука  
здоров'я Ваших очей.  
Наші фахівці завжди готові  
надати Вам підтримку.  
Бажаємо Вам здоров'я  
та успішного носіння ОК-лінз!



Україна, м.Харків  
вул. Маяковського, 24

0 (800) 317 317

Дзвінки безкоштовні  
з усіх номерів у мережі  
України



+38 (093) 761 61 31

