

# Hantering stabila kontaktlinser

För att undvika att linserna blandas ihop, bör du göra en vana att alltid börja med den högra kontaktlinser. Kontaktlinser ska vara ren och lätt fuktig.



Kom ihåg att det material som denna typ av kontaktlinser är tillverkade av är flexibel, men att det endast går att böjas till en viss grad. Alltför stark press kan knäcka linsen eller orsaka skador som inte går att fixa till. Av samma anledning kan konstant lätt tryck deformera linsen och dem oanvändbara.

Repor påverkar och komfort och vision

Tvätta dina händer noggrant – hygien är av yttersta vikt vid kontaktlinshantering.

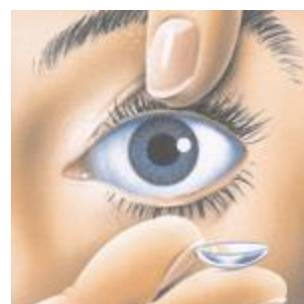
Titta i spegeln när du sätter i linserna.

Ta kontaktlinser för höger öga ur linsetuier och skölj med lämplig sköljvätska.

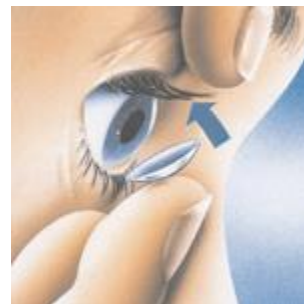


Placera linsen på spetsen av pekfingeret.

Använd båda långfingerarna och dra isär de övre och undre ögonlocken.



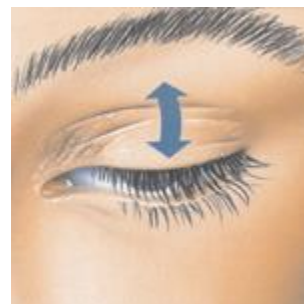
Placera kontaktlinser med ditt pekfinger centralt på hornhinnan.



Släpp ögonlocken försiktigt – en blinkning kommer centrera kontaktlinser på ögat.

Upprepa på vänster öga.

Om kontaktlinser faller av ditt finger, skölj den ordentligt igen innan du fortsätter.



## Uttagning av stabila kontaktlinser

### Metod 1

Tvätta dina händer noggrant. Återigen börja med höger kontaktlins.

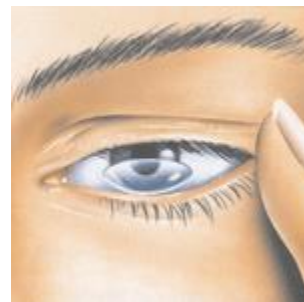
Titta i spegeln, öppna upp ögat. Placera en fingerspets på yttre ögonvrån, utan att låta nageln vidröra ögat.

Gör en medveten ansträngning för att hålla ögat öppet.



Dra båda ögonlocken mot örat och blinka

Kontaktlinsen frigör sig själv från ögat. Kontaktlinsen ska falla in i din öppna hand. Placera kontaktlinsen i linsetuiet.



## Uttagning av stabila kontaktlinser

### Metod 2

För denna metod behöver du en liten sug som du kan få från din kontaktlinstillpassare

Fukta ytan på sugen. Håll ögonlocken brett isär med tumme och pekfinger.



Placera sugytan centralt på kontaktlinsen, luta sugen med kontaktlinsen något och lyft bort från ögat.

Placera kontaktlinsen i linsetuiet.

