

USO Y CUIDADO DE LAS LENTES DE CONTACTO

COMO COLOCAR LAS LENTILLAS



Antes de empezar

Lávate las manos con jabón y sécatelas con una toalla que no deje pelusas. Es recomendable que siempre te pongas las lentillas en el mismo orden, empezando siempre por el ojo derecho. Así nunca te equivocarás de lentilla.



Comprueba la posición de la lentilla

Pon la lentilla en la yema del dedo y mírala a contraluz. Si los bordes sobresalen, está del revés. Si tiene la misma forma que un cuenco de bordes rectos, está lista para colocarla.



Abre bien el ojo

Con la mano que tengas libre, sujeta delicadamente el párpado superior para que no se cierre. Pon en la otra mano la lentilla en la yema, usa los demás dedos de esa mano para tirar del párpado inferior hacia abajo.



Coloca tus lentillas

Mantén la mano firme y mira hacia arriba para colocar la lentilla en el ojo. Suelta el párpado despacio y cierra el ojo un instante para que la lentilla se coloque en su lugar. Haz lo mismo con el otro ojo.

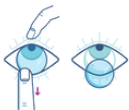
USO Y CUIDADO DE LAS LENTES DE CONTACTO

COMO RETIRAR LAS LENTILLAS



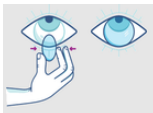
Para empezar

Lávate las manos con jabón y sécalas con una toalla que no deje pelusas. Es recomendable que siempre te quites las lentillas en el mismo orden, empezando siempre por el ojo derecho. Así nunca te equivocarás de lentilla.



Mira hacia arriba y, con cuidado, tira del párpado inferior hacia abajo con el dedo corazón.

Acerca el dedo índice al ojo hasta tocar el borde inferior de la lentilla. Después desliza la lentilla hacia abajo, hasta la zona blanca que hay debajo del iris.



Pellizca la lentilla con mucho cuidado.

Cógela con el índice y el pulgar, y sácala del ojo.

Haz lo mismo con la lentilla del ojo izquierdo.



Después de quitarte las lentillas

Si tienes lentillas diarias desechables, tíralas. Si son reutilizables, límpialas y desinfectalas.

Atención: No aclares nunca la lentilla ni el estuche con agua del grifo.

USO Y CUIDADO DE LAS LENTES DE CONTACTO

CONSEJOS DE USO



No dejes que tus lentes entren en contacto con jabones, cosméticos, cremas, etc. Si vas a maquillarte hazlo después de colocar tus lentillas. Retíralas antes de desmaquillarte.



Evita baños en aguas no tratadas (ríos, piscinas o mares).



No utilices agua para limpiar tus lentes, aplica únicamente una solución de mantenimiento específica recomendada por tu óptico-optometrista.



No reutilices nunca la solución de mantenimiento, para mantener la higiene y salud de tus ojos.

Recuerda que es de un solo uso.



No prolongues el tiempo de uso de tus lentes de contacto.

No utilices nunca lentes de contacto de otras personas, ni permitas que usen las tuyas.



No uses tus lentes en caso de irritación o infección.

Acude a tu especialista ante cualquier molestia o enrojecimiento en los ojos.