

Памятка пациентов по использованию ортокератологических линз

- Режим ношения: **ночной** (минимум 7-8 ч., максимум 10 ч.)
- Срок замены: **1 раз в год**
- Контрольные визиты: **каждые 3 месяца** в течение года

Для поддержания высокой остроты зрения и здоровья ваших глаз необходимо соблюдать рекомендации и правила ухода за орто-линзами.

Пожалуйста, прочтите внимательно инструкцию и в точности следуйте ее указаниям. Нарушение правил ношения и ухода за любыми контактными линзами может привести к серьезным осложнениям. Убедитесь, что все пункты данных правил понятны. При возникновении вопросов, обратитесь за разъяснениями к нашему специалисту.

Подбор линз осуществляется специалистом согласно медицинским показаниям, тщательной диагностики с учетом индивидуальных особенностей. Каждая линза изготавливается специально для Вас и имеет индивидуальный номер. Менять местами правую и левую линзы нельзя. Для Вашего удобства линзы имеют определенный цвет:

ПРАВАЯ – синяя, **ЛЕВАЯ** – фиолетовая или серая.



<p>1. Ever Clean - система для очистки и дезинфекции с контейнером. Пероксидный раствор.</p>	<p>2. Hidro Health Sih или OKVision Gold многофункциональный раствор для споласкивания и хранения линз</p>	<p>3. Увлажняющие капли Artelac Всплеск или Гилан</p>	<p>4. Контейнер для хранения линз. 5. Присоска - съемник для ОК-линз</p>	<p>6. Стерильный изотонический раствор NaCl. Физ.раствор</p>

Надевание линз (перед сном).

1. Подготовьте место для надевания линз. Поверхность стола должна быть чистая. Зеркало положите горизонтально на стол. Приготовьте впитывающие сухие салфетки. Заколите волосы.
2. Вымойте руки с мылом, не содержащим ароматических добавок. Вытрите руки полотенцем, не оставляющим ворсинок.
3. Закапайте в каждый глаз увлажняющие капли (см. таблицу, п. 3)
4. Всегда начинайте с ПРАВОЙ линзы. Это поможет вам не перепутать линзы. Откройте правое отделение контейнера (см. таблицу, п.4) и пальцами (не касаясь ногтями) достаньте оттуда правую линзу. Перед надеванием осмотрите линзу и сполосните ее многофункциональным раствором (см. таблицу, п.2). Не берите левую линзу из контейнера, пока правая не надета на глаз.
5. Поместите правую линзу на кончик Вашего правого указательного пальца и заполните ее до краев стерильным физиологическим раствором (см. таблицу, п.6). Наклонитесь и смотрите прямо перед собой в зеркало. Средним пальцем той же (правой) руки оттяните нижнее веко вниз. Левым указательным пальцем оттяните верхнее веко вверх, чтобы было полностью видно радужку (цветную часть глаза). Хорошо придерживайте оба века. Смотрите прямо в зеркало и медленно подносите линзу к глазу. Нет необходимости прижимать линзу к глазу, потому что влажная линза сама притянется к глазу, когда соприкоснется со слезной пленкой. Медленно отпустите веки и смотрите вниз несколько секунд.
6. Повторите шаги 4 и 5 с левой линзой.

Центрирование линз.

1. Неправильно надетая линза может быть децентрирована (находиться не на роговице). Это необходимо исправить.
2. Посмотрите в зеркало, открыв глаз как можно шире, чтобы увидеть линзу.
3. Когда Вы нашли линзу, закройте глаз и посмотрите в направлении противоположном тому, где находится линза.
4. Держа глаз закрытым, поместите указательный и средний пальцы на веко за линзу и путем осторожного сглаживания двигайте ее к центру, медленно поворачивая глаз навстречу.
5. Если Вам не удастся центрировать линзу, вы можете использовать присоску/съемник (см. таблицу, п.5) для снятия децентрированной линзы. Никогда не используйте ногти, чтобы снять линзу или центрировать ее. Вы можете посоветоваться с Вашим специалистом насчет других методов центрирования линз.
6. После надевания линз: тщательно сполосните контейнер раствором для споласкивания (см. таблицу, п.2) и оставьте его открытым до полного высыхания.

Снятие линз.

Это важно! В первое утро после пробуждения не открывайте глаза и не снимайте линзы, наденьте повязку на глаза, чтобы исключить открывание и моргание. На прием к врачу следует прийти в линзах не умываясь!

Пожалуйста, возьмите с собой контейнер для линз.

На все последующие осмотры приносите линзы в транспортировочном контейнере, заполненном многофункциональным раствором (см. таблицу, п.2).

1. Умывайтесь только после снятия линз.
2. После пробуждения, вымойте руки с мылом. Вытрите руки полотенцем, не оставляющим ворсинок.
3. Перед снятием линз закапайте увлажняющие капли (см. таблицу, п.3) по одной капле в каждый глаз.
4. Снимать линзу можно только тогда, когда она подвижна на глазу. Линза может прилипнуть к роговице (перестать двигаться) при пробуждении после ночного ношения. Подвижность линзы можно восстановить, используя увлажняющие капли (см. таблицу, п.3) и легкий массаж век. Если линза после повторного закапывания и массажа не двигается, не пытайтесь снять неподвижную линзу – это может травмировать роговицу! Если Вам не удастся снять линзу, обратитесь к нашему специалисту!
5. Если линзы подвижны, снимите правую линзу с глаза: поместите правый указательный палец на наружный угол правого глаза. Откройте глаз как можно шире. Глядя на стол, потяните веки правым указательным пальцем кнаружи и немного вверх (можно одновременно снизу нажать на нижнее веко средним пальцем) и приподнимите край линзы. Линза должна выпасть. Хорошо, если Вы при этом держите левую ладонь под глазом, чтобы линза упала на нее, а не на стол, где она может поцарапаться. Либо используйте для снятия специальную присоску (см. таблицу, п.5), каждый раз при использовании смачивая ее в многофункциональном растворе (см. таблицу, п.2) или в физиологическом растворе (см. таблицу, п.6). Глядя прямо перед собой, раскройте глаз как можно шире, при необходимости помогайте раскрытию пальцами. Установите присоску в нижней трети линзы (не в центре!), немного приподнимите и потяните линзу.
6. Поместите линзу в соответствующую чашечку контейнера, наполненного многофункциональным раствором (см. таблицу, п.2).
7. Повторите пункты 5 и 6 с левой линзой.

Ежедневная очистка линз.

1. Положите линзу на ладонь. Механически обработайте линзу с помощью многофункционального раствора (см. таблицу, п.2) подушечкой пальца, чтобы удалить белковые отложения, накопившиеся за ночь.
2. Сполосните линзу многофункциональным раствором (см. таблицу, п.2)
3. Положите линзу в правое отделение контейнера, который идет в комплекте с пероксидным раствором(1). Повторите то же самое с левой линзой.
4. Наполните контейнер пероксидным раствором для очистки и дезинфекции (см. таблицу, п.1) до метки, опустите держатель с линзами и закройте контейнер. В процессе дезинфекции и нейтрализации в растворе образуются пузырьки

кислорода. Некоторое количество раствора может вытекать из контейнера (это нормально). Полный цикл очистки, дезинфекции и нейтрализации очистителя длится 6 часов. Ранее 6 часов линзы использовать нельзя.

Важная информация для Вашей безопасности и удобства:

- Не используйте водопроводную воду для очистки линз
- Надевайте только чистые линзы чистыми руками.
- Не используете ОК-линзы при ОРВИ и других инфекциях, повышенной температуре тела.
- Не надевайте дефектные линзы (с царапинами, сколом, загрязнениями)
- **ВСЕГДА ЗАМЕНЯЙТЕ** контейнер при покупке нового пероксидного раствора (см. таблицу, п.1).
- Замена линз на новую пару должна производиться ежегодно.
- Ни при каких условиях не нагревайте линзы выше 50 градусов, это может привести к их деформации, после чего они станут непригодны для использования (это касается любых жестких газопроницаемых линзы).
- Не используйте слюну или что-либо еще, кроме рекомендованных растворов для смачивания линз.
- Всегда держите линзы полностью погруженными в раствор, когда они сняты с глаз (хранение). Не храните линзы в сухом состоянии, высушивание может изменить их поверхность и форму.
- При всех манипуляциях с линзами будьте осторожны, чтобы не потерять и не повредить их. Это особенно важно, когда Вы споласкиваете линзу. Закрывайте отверстие Вашей раковины, чтобы препятствовать смыву линзы в канализацию.
- Всегда начинайте манипуляции с одной и той же линзы (например, правой), чтобы не перепутать их.
- Избегайте попадания на линзы различных аэрозолей, кремов и т.п. Косметика на жировой основе более опасна для любых жестких газопроницаемых линз, чем косметика на водорастворимой основе.
- Для «ночных» линз рекомендовано **НОШЕНИЕ КАЖДУЮ НОЧЬ**. Не меняйте режим ношения линз, рекомендованный Вам нашим специалистом, без согласования с ним.
- Старайтесь не ронять линзы на твердые поверхности и не касаться их ногтями, это приводит к появлению царапин. Не используйте никаких иных инструментов, кроме рекомендованного, чтобы брать линзы.
- Всегда консультируйтесь с нашим специалистом, если собираетесь пользоваться каким-либо глазным лекарством.
- Никогда не используйте бывший в употреблении раствор и не смешивайте разные растворы.
- Если Вы случайно перепутали раствор или надели линзы сразу после применения раствора очистки и дезинфекции (см. таблицу, п.1), который не был нейтрализован, то незамедлительно снимите их и обильно промойте глаза стерильным физиологическим раствором.
- О параллельном применении препаратов проконсультируйтесь с врачом.
- В первое время использование линз может вызывать дискомфорт по причине ощущения инородного тела в глазу. Постепенно эти ощущения уйдут.

При появлении симптомов воспаления:

- слезотечение,
- светобоязнь,
- покраснение глаз,
- боль или зуд в глазах
- избыточное отделяемое в глазах

НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ НАДЕВАЙТЕ ЛИНЗЫ и позвоните в клинику «МедСтандарт» в течение одного часа с момента их возникновения.

Не пытайтесь отмахнуться от подобных ситуаций или заниматься самолечением. В таких случаях нужна профессиональная оценка проблемы и своевременное лечение, чтобы избежать серьезных осложнений!

До достижения детьми 18 лет, родители обязаны ежедневно проверять визуально нет ли симптомов раздражения и покраснения глаз у ребенка и 1 раз в неделю осматривать линзы на предмет повреждения, а также обязаны следить, чтобы у ребенка всегда были в наличии средства для дезинфекции, очистки и хранения линз.

Контрольные визиты к врачу.

Регулярные визиты к врачу-офтальмологу необходимы для контроля за здоровьем глаз, правильного использования ортокератологических линз и визуальной оценки их целостности.

При потере или повреждении линз (царапины, сколы, трещины, деформация и т.д.) заказ и замена производится по цене действующего прайса. А в случае пропуска контрольного визита более 3 месяцев, потребуются повторно пройти диагностику и процедуру подбора ортокератологических линз согласно прейскуранту.

Для Вашего удобства рекомендуем составить совместно с врачом график последующих контрольных визитов. Запись на контрольные приемы осуществляется самостоятельно за 2-3 недели к назначенной по графику дате.

График контрольных визитов		
1. Первый контрольный прием (Первое утро с начала применения линз)	Дата:	Входит в стоимость подбора ортокератологических линз и обучения по их применению
2. Второй контрольный прием (Через неделю с начала применения линз)	Дата:	Входит в стоимость подбора ортокератологических линз и обучения по их применению
3. Третий контрольный прием (Через 2 недели с начала применения линз)	Дата:	Входит в стоимость подбора ортокератологических линз и обучения по их применению
4. Четвертый контрольный прием (Через 1 месяц с начала применения линз)	Дата:	Входит в стоимость подбора ортокератологических линз и обучения по их применению
5. Пятый контрольный прием (Через 3 месяца с начала применения линз)	Дата:	Входит в стоимость подбора ортокератологических линз и обучения по их применению

6. Шестой контрольный прием (Через 6 месяцев с начала применения линз)	Дата:	1700 руб.	
7. Седьмой контрольный прием (Через 9 месяцев с начала применения линз)	Дата:	1700 руб.	
8. Восьмой контрольный прием и заказ новых линз, продление договора. (Через 12 месяцев с начала применения линз)	Дата:	1700 руб.	
		5100 руб.	4500 руб.

Инструкция мною прочитана, мне понятны все ее пункты. Я даю свое согласие соблюдать указанную инструкцию и предписанный мне врачом режим ношения моих контактных линз. «_____» _____ 20__ года	Пациент Для лиц младше 18 лет подтверждение родителя/опекуна
Подписано в моем присутствии	Врач-офтальмолог