

Dra. Débora Mitidiero

Oftalmologia & Plástica Ocular

LENTE DE CONTATO

GUIA DE CUIDADOS E LIMPEZA

POSIÇÃO CORRETA DA LENTE.



NÃO DURMA COM A LENTE. USE COLÍRIOS LUBRIFICANTES.



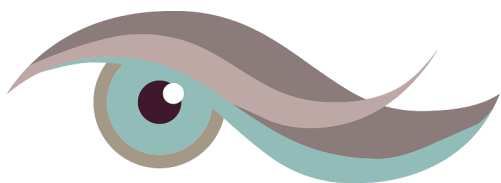
NÃO ENTRE NA ÁGUA COM A LENTE DE CONTATO. OU USE ÓCULOS DE NATAÇÃO.



Como colocar as lentes de contato

By Sharron Livingston

- 1) Lave bem as mãos com sabonete. Dê preferência aos sem perfume e com ação antibacteriana. Enxague bem e seque as mãos com uma toalha que não solte fiapos.
- 2) Verifique se as lentes não estão invertidas. Para descobrir qual é o lado certo, apenas coloque as lentes na ponta de seu dedo e direcione para a luz. Se as bordas se alargam para o lado de fora então ela está invertida (avesso).
- 3) Coloque a lente de contato na ponta do dedo indicador de uma das mãos. Então, use o dedo indicador e médio de sua outra mão para segurar sua pálpebra superior, impedindo que ela pisque.
- 4) Com cuidado, mova a lente de contato em direção ao olho e coloque-a. Lentamente, libere sua pálpebra e feche o olho por um momento. Isso faz que a lente se ajuste à superfície de seu olho.



Dra. Débora Mitidiero

Oftalmologia & Plástica Ocular

LENTE DE CONTATO

GUIA DE CUIDADOS E LIMPEZA



NÃO FIQUE MAIS DE 10-12 HORAS COM A LENTE DE CONTATO.



RESPEITE O PRAZO DE VALIDADE DA LENTE. TROQUE SEU ESTOJO DE 3 EM 3 MESES.



USE PRODUTOS CERTOS PARA A LIMPEZA DAS LENTES. LAVE O ESTOJO COM O MESMO PRODUTO.

Como limpar as lentes de contato

1. Lave suas mãos com sabonete.
2. Preencha cada câmara do estojo das lentes de contato com solução desinfetante nova para lentes de contato.
3. Comece com o mesmo olho toda vez que coloca ou retira as suas lentes de contato. Desta forma você não vai misturá-las.
4. Sempre limpe suas lentes imediatamente depois de tirá-las.
5. Coloque as lentes na palma de sua mão, limpa e seca.
6. Coloque algumas mais algumas gotas da solução desinfetante para as lentes de contato prescritas.
7. Com um dedo, esfregue delicadamente a parte da frente e a parte de trás das lentes na sua palma para limpar as superfícies das lentes.
8. Enxágüe bem suas lentes com mis algumas gotas da solução prescrita.
9. Coloque as lentes no estojo das lentes de contato limpo.
10. Feche o estojo e deixe as suas lentes de molho durante a noite.