

Il est très important de bien entretenir vos lentilles ! Quelques bonnes habitudes pour protéger vos yeux, la qualité de vos lentilles et votre confort. Rien de plus ! Demandez à votre spécialiste en lentilles de contact quels sont les meilleurs soins à apporter à vos lentilles et à vos yeux.

Vous portez des lentilles jetables journalières?

Les lentilles de contact jetables journalières comme DAILIES® ou FreshLook® ONE-DAY ne nécessitent aucun entretien. Les mains propres, vous mettez simplement chaque matin une nouvelle paire de lentilles et vous les jetez le soir! Il n'y a pas besoin de les nettoyer ou de les désinfecter.

Conseils pour les porteurs de lentilles

Peu importe le type de lentilles de contact que vous portez, respecter les conseils généraux suivants est utile :

- Avant de toucher, de mettre ou de retirer vos lentilles, utilisez un savon au pH neutre, sans huile, crème ou parfum pour vous laver les mains. Séchez-vous les mains avec une serviette propre qui ne fait pas de peluches.
- Soyez prudent(e) lorsque vous utilisez des produits cosmétiques, des lotions, du savon, de la crème ou du déodorant. Ils peuvent provoquer des irritations s'ils entrent en contact avec vos yeux.
- Soyez prudent(e) lorsque vous utilisez des aérosols comme de la laque pour les cheveux si vous portez des lentilles.
- Mettez toujours vos lentilles avant de vous maquiller, et retirez-les avant de vous démaquiller.
- Retirez vos lentilles si elles risquent d'être exposées à des vapeurs irritantes ou nocives.
- Emportez toujours une paire de lentilles de réserve.
- Emportez toujours une paire de lunettes récente, au cas où vous ne pourriez pas porter de lentilles.
- Laissez toujours une paire de lunettes dans votre voiture.
- Remplacez vos lentilles à temps comme votre spécialiste vous l'a indiqué.
- N'utilisez pas de lentilles dont la date de péremption est dépassée.

Conseils pour les lentilles de contact qui doivent être nettoyées et désinfectées

Pour les lentilles qu'il convient de nettoyer et de désinfecter, suivez les instructions mentionnées sur l'emballage et respectez les conseils généraux suivants:

- **Pour ne courir aucun risque d'infection, il est essentiel de prendre soin de vos lentilles chaque fois que vous les utilisez ou les retirez. Pour ce faire, vous devez respecter à la lettre les indications de votre spécialiste en lentilles de contact.**
- **Nettoyez vos lentilles et rincez-les avec la bonne solution pour enlever les particules accumulées pendant la journée. Ces particules peuvent avoir plusieurs origines (larmes, traces de doigts, poussières, maquillage, pollution, etc.) et ne sont pas visibles à l'œil nu.**
- **Désinfectez vos lentilles pour détruire les bactéries nuisibles et pour éviter une infection des yeux (qui pourrait être sévère), ainsi que pour porter vos lentilles en toute sécurité.**

Nettoyer votre étui à lentilles et désinfectez-le chaque fois que vous l'utilisez. Pensez à le remplacer une fois par mois ou chaque fois que vous remplacez votre flacon de solution pour lentilles.