

Mettre ou retirer des lentilles de contact CIBA VISION®, c'est très simple une fois que vous savez comment vous y prendre. Suivez simplement les étapes décrites ci-dessous et n'hésitez pas à demander à votre spécialiste en lentilles de contact s'il a des conseils utiles à vous donner. C'est en forgeant qu'on devient forgeron!

Mettre des lentilles

1. Se laver les mains, les rincer et les sécher.

- Utilisez un savon au pH neutre sans huile, crème ou parfum. Séchez-vous les mains avec une serviette propre qui ne fait pas de peluches.

2. Ouvrir l'emballage CIBA VISION®.

- Chaque lentille se trouve dans un emballage sous coque stérile. N'utilisez pas la lentille si l'emballage est un tant soit peu abîmé !
- La dioptrie (correction visuelle) est indiquée sur le film qui recouvre le blister.
- Votre spécialiste en lentilles de contact vous a peut-être prescrit une dioptrie différente pour chaque œil.
- Faites donc attention à utiliser la bonne lentille pour le bon œil.
- Pour ne pas vous tromper, commencez toujours par le même œil (le gauche ou le droit).
- Avant d'ouvrir, tapotez légèrement le blister (il est possible que la lentille colle au film).
- Tirez le film de protection vers l'arrière et faites glisser la lentille prudemment hors du blister à l'aide de votre index.
- N'utilisez jamais de pince à épiler ou un autre objet pointu, voire vos ongles pour retirer la lentille de l'emballage.
- Ne placez jamais une lentille endommagée sur votre œil.

3. Examiner la lentille.

- Déposez la lentille sur la pointe de votre index et tenez-la dans la lumière.
- Regardez si la lentille est propre et humide et contrôlez si elle ne présente pas de griffes, de déchirures ou de particules à la surface.
- N'utilisez pas la lentille si elle semble endommagée ou sèche - jetez-la immédiatement et prenez-en une nouvelle.

4. Contrôler si l'intérieur de la lentille ne se trouve pas à l'extérieur.

- Placer le côté extérieur d'une lentille sur votre œil peut provoquer certains désagréments ou ne pas corriger votre vue correctement.
- Si, en la regardant de profil, la lentille ressemble à un bol, elle est du bon côté.
- Si les bords de la lentille se replient vers l'extérieur ou si la lentille ressemble à une assiette lorsque vous la regardez de profil, alors l'intérieur est à l'extérieur.
- Vous devez d'abord la retourner.

5. Mettre la lentille sur votre œil.

- Placez la lentille sur la pointe de votre index droit (gauche si vous êtes gaucher ou si c'est plus facile pour vous). Faites attention à ce que votre doigt soit sec, sinon la lentille collera à votre doigt et sera difficile à placer sur votre œil.
- Placez votre majeur de la même main juste sous vos cils inférieurs et tirez ainsi la paupière inférieure vers le bas. Utilisez les doigts de votre autre main pour soulever la paupière supérieure.
- Placez directement la lentille sur l'œil (cornée).
- Regardez vers le bas, relâchez d'abord la paupière inférieure et ensuite la paupière supérieure tout en continuant de regarder vers le bas.
- Clignez légèrement des yeux. La lentille se déplacera automatiquement vers le milieu de votre œil. Essayez de ne pas vous frotter les yeux lorsque la lentille est bien en place. Si vous éprouvez une sensation de confort une fois votre lentille en place et si vous voyez correctement, répétez les étapes 1 à 5 incluses pour placer la deuxième lentille.

Retirer les lentilles

1. Se laver les mains, les rincer et les sécher.

- Utilisez un savon au pH neutre sans huile, crème ou parfum. Séchez-vous les mains avec une serviette propre qui ne fait pas de peluches.

2. Bien cligner quelques fois des yeux. Tirez la paupière inférieure vers le bas.

- Faites attention à ce que la lentille soit bien sur la pupille.
- Regardez vers le haut, mais gardez la tête droite. Utilisez votre majeur pour tirer la paupière inférieure vers le bas.

3. Faire glisser la lentille vers le bas.

- Regardez vers le haut, placez la pointe de votre index sur le bord inférieur de la lentille et faites-la glisser vers la partie blanche de votre œil.

4. Retirer la lentille.

- Continuez de regarder vers le haut et prenez délicatement la lentille entre le pouce et l'index.
- Retirez prudemment la lentille de votre œil.
- Si vous portez des lentilles de contact DAILIES® ou FreshLook® ONE-DAY, jetez-les après les avoir enlevées. Si vous portez des lentilles de la marque AIR OPTIX®, placez-les dans leur étui.

Répétez les étapes 2 à 4 incluses pour l'autre lentille.