Diese Ratgeberbroschüre gilt für die folgenden ACUVUE® Kontaktlinsen, die in einzeln aufgeführt und als solche gekennzeichnet sind, sofern nicht anders angegeben.

Tabelle 1		Verwendungszweck & Tragemodus			
Kontaktlinsentyp und Markenname		Tagestragen – Wiederverwendbar	Verlängertes Tragen	Handhabungsmarkierung	Verpackungslösung
Sphärische ACUVUE® Kontaktlinsen – Handhabungstönung mit UV-Schutz					
ACUVUE® 2™ Kontaktlinsen		●	●		1
ACUVUE® ADVANCE® Kontaktlinsen with HYDRACLEAR®	3	●			2
ACUVUE OASYS® Kontaktlinsen with HYDRACLEAR® PLUS	3	●	●		2
ACUVUE® VITA™ Kontaktlinsen	3	●			2
Torische ACUVUE® Kontaktlinsen – Handhabungstönung mit UV-Schutz					
ACUVUE® ADVANCE® Kontaktlinsen for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR®	3	●			2
ACUVUE OASYS® Kontaktlinsen for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR®	3	●	●		2
ACUVUE® VITA™ Kontaktlinsen for ASTIGMATISM	3	●			2
Mehrstärken ACUVUE® Kontaktlinsen – Handhabungstönung mit UV-Schutz					
ACUVUE® BIFOCAL Kontaktlinsen		●	●		1
ACUVUE OASYS® Kontaktlinsen for PRESBYOPIA with HYDRACLEAR® PLUS	3	●	●		2

Verpackungslösung:

1 Gepufferte Kochsalzlösung. 2 Gepufferte Kochsalzlösung mit Methylether-Cellulose.

Material:

3 Linsenmaterial enthält Silikon und erfüllt die Standards der UV-Absorption Klasse 1 mit einer Durchlässigkeit von weniger als 1% der UVB- (280 – 315 nm) und 10% der UVA-Strahlen

(316 – 380 nm). Alle anderen ACUVUE® Produkte erfüllen die Standards der UV-Absorption Klasse 2 mit einer Durchlässigkeit von weniger als 5% der UVB- und 50% der UVA-Strahlen.

Erläuterung der Symbole

Die folgenden Symbole können sich auf der Packung oder dem Blister Ihrer ACUVUE® Kontaktlinsen befinden.

SYMBOL	DEFINITION
	Gebrauchsinformation beachten
	Hergestellt von oder in
	Datum der Herstellung
	Verwendbar bis (Verfallsdatum)
LOT	Chargennummer
STERILE	Sterilisation durch Dampf oder trockene Hitze
DIA	Durchmesser
BC	Basiskurve
D	Kontaktlinsenwirkung (Dioptrien)
CYL	Zylinderwirkung (Dioptrien)
AXIS	Achse
MAX ADD	Höchster zu korrigierender Nahzusatz
LOW	"Niedrige" Addition (+0.75 bis +1.25 ADD)

SYMBOL	DEFINITION
MID	„Mittlere" Addition (+1,50 bis +1,75 ADD)
HGH	„Hohe" Addition (+2,00 bis +2,50 ADD)
CE 0086	EU-Konformitätskennzeichen
UV BLOCKING / UV Blocking	UV-Schutz
	Grüner Punkt
Rx Only	HINWEIS: In den USA verschreibungspflichtig
	Korrekte Ausrichtung der Linse
	Falsche Ausrichtung der Linse (Innenseite außen)
	„Kennzeichnung" für Papierbehälter und Verpackung
	Verbundstoffe

Inhaltsverzeichnis

Einführung 5
Verwendungszweck 6
Tragemodus 7
Kontraindikationen 8
Wichtig – Was Sie über das Tragen von Kontaktlinsen wissen sollten 9
Nebenwirkungen 10
Wie Sie Probleme erkennen und was Sie tun können 11
Hygiene 12
Verpackung der Kontaktlinsen 13
Aufsetzen der Kontaktlinsen 14
Platzieren der Kontaktlinsen auf dem Auge 15
Zentrieren der Kontaktlinse 16
Vorgehensweise bei einer festsitzenden (nicht beweglichen) Kontaktlinse 17
Vorgehensweise bei einer ausgetrockneten (dehydrierten) Kontaktlinse 17
Abnehmen der Kontaktlinsen 17
Kontaktlinsenpflege 18
Pflege des Aufbewahrungsbehälters 21
Sollten Ihre Kontaktlinsen zur Neige gehen 21
Hinweise zu Monovision 22
Weitere wichtige Informationen 23
Zusammenfassung 25
Nebenwirkungen 27
Persönliche Daten 27

Einführung

Herzlichen Glückwunsch! Sie gehören zu den vielen millionen Menschen auf der ganzen Welt, die den Komfort und die Annehmlichkeiten der ACUVUE® Kontaktlinsen von Johnson & Johnson Vision Care, dem weltweit führenden Kontaktlinsenhersteller, zu schätzen wissen.

ACUVUE® Kontaktlinsen sind weich, dünn und flexibel. Dadurch sind sie gleich von Beginn an bequem zu tragen. Da die Kontaktlinsen sauerstoffdurchlässig sind, tragen sie dazu bei, Ihre Augen frisch und gesund zu halten. Die Linsen bieten den Augen darüber hinaus Schutz vor schädlicher UV-Strahlung.

Die Entwicklung von Kontaktlinsen in der Qualität der ACUVUE® Kontaktlinsen zu solch niedrigen Kosten, dass die Kontaktlinsen in regelmäßigen Abständen ausgetauscht werden können, war ein gewaltiger Durchbruch in der Herstellungstechnologie.

Wie bei allen Kontaktlinsen handelt es sich auch bei ACUVUE® Kontaktlinsen um Medizinprodukte. Regelmäßige Kontrolluntersuchungen durch Ihren Kontaktlinsenanpasser sind für den langfristigen Erhalt Ihrer Augengesundheit und Sehkraft unerlässlich.

Hersteller: Herstellungsort siehe Verpackung.

USA
Johnson & Johnson Vision Care Inc.
7500 Centurion Parkway
Jacksonville
Florida
32256
USA

IRELAND
Johnson & Johnson Vision Care (Ireland)
The National Technology Park
Limerick
Ireland

Bevollmächtigter in der EU
Johnson & Johnson Medical Ltd
Pinewood Campus
Nine Mile Ride
Wokingham
RG40 3EW
United Kingdom

www.acuvue.de
www.acuvue.at
www.acuvue.ch

(IN000342)

Tagestragen (wiederverwendbar) und verlängertes Tragen Ratgeberbroschüre (Deutsch)

ACUVUE®, ACUVUE® 2®, ACUVUE® ADVANCE®, ACUVUE OASYS®, ACUVUE® VITA™, ACUVUE® BIFOCAL und HYDRACLEAR® sind eingetragene Marken von:
Johnson & Johnson Medical GmbH. © Johnson & Johnson Medical GmbH 2017
Johnson & Johnson Medical Products GmbH. © Johnson & Johnson Medical Products GmbH 2017
Johnson & Johnson AG. © Johnson & Johnson AG 2017

Versionssdatum: September 2017

Verwendungszweck

Sphärische ACUVUE® Kontaktlinsen sind für das Tagestragen zur Korrektur von – Myopie (Kurzsichtigkeit) und Hyperopie (Weitsichtigkeit) – am gesunden Auge mit einem Astigmatismus von bis zu 1,00 D bestimmt.

Die Kontaktlinsentypen ACUVUE® 2™ und ACUVUE OASYS® with HYDRACLEAR® PLUS sind auch zum Tagestragen oder verlängerten Tragen geeignet.

Torische ACUVUE® Kontaktlinsen sind für das Tagestragen zur Korrektur von – Myopie (Kurzsichtigkeit) und Hyperopie (Weitsichtigkeit) – am gesunden Auge mit einem Astigmatismus bestimmt.

ACUVUE OASYS® for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR® PLUS sind auch zum Tagestragen oder verlängerten Tragen geeignet.

Multifokale ACUVUE® Kontaktlinsen sind für Tagestragen und verlängertes Tragen zur Korrektur von – Myopie (Kurzsichtigkeit) und Hyperopie (Weitsichtigkeit) – am gesunden Auge bei Personen mit Alterssichtigkeit und einem Astigmatismus bis 0,75 D bestimmt.

ACUVUE OASYS® Kontaktlinsen finden auch als therapeutische Verbandslinse bei bestimmten Augenerkrankungen Anwendung.

Wenden Sie sich an Ihren Kontaktlinsenanpasser, um ausführlichere Informationen zu erhalten. Sie sollten sich Kontaktlinsen oder Augenpräparate nie selbst verordnen, ohne vorher einen Kontaktlinsenspezialisten aufgesucht zu haben**.**

Hinweis:

Eine langfristige UV-Exposition der Augen gehört zu den Risikofaktoren für Grauen Star. Die Exposition ist von zahlreichen Faktoren abhängig. Zu diesen gehören Umweltfaktoren (Höhe, Geografie, Bewölkung) sowie persönliche Faktoren (Umfang und Art der Aktivitäten im Freien). Kontaktlinsen mit UV-Schutz tragen dazu bei, die Augen vor schädlicher UV-Strahlung zu schützen. Es wurden jedoch keine klinischen Studien durchgeführt, um den Nachweis zu erbringen, dass das Tragen von Kontaktlinsen mit UV-Schutz das Risiko von Grauem Star oder anderen Augenbeschwerden reduziert. Wenden Sie sich an Ihren Kontaktlinsenanpasser, um ausführlichere Informationen zu erhalten.

Tragemodus

Ihr Kontaktlinsenanpasser soll den geeigneten Trage- und Austauschmodus auf der Grundlage Ihrer Vorgeschichte und der Ergebnisse der Augenuntersuchung festlegen.

Wiederverwendbare Kontaktlinsen zum Tagestragen
Wiederverwendbare ACUVUE® Kontaktlinsen zum Tagestragen (weniger als 24 Stunden im Wachzustand) müssen alle zwei Wochen entsorgt und ausgetauscht werden.

Alle wiederverwendbaren ACUVUE® VITA™ Kontaktlinsen zum Tagestragen (weniger als 24 Stunden im Wachzustand) müssen alle vier Wochen entsorgt und ausgetauscht werden.

Alle wiederverwendbaren ACUVUE® Kontaktlinsen zum Tagestragen müssen nach jedem Abnehmen mit geeigneten Kontaktlinsenpflegemitteln gereinigt, abgespült und desinfiziert werden.

Verlängertes Tragen

ACUVUE® Kontaktlinsen zum verlängerten Tragen (länger als 24 Stunden, also auch über Nacht) gemäß Tabelle 1 können kontinuierlich bis zu 7 Tagen/6 Nächten getragen werden und müssen nach dem Abnehmen entsorgt werden. Ob Kontaktlinsen zum verlängerten Tragen für Sie in Frage kommen, wird Ihr Kontaktlinsenanpasser vorab feststellen. Falls Sie die Kontaktlinsen in diesem Tragemodus verwenden, ist eine Reinigung oder Desinfektion hierbei nicht erforderlich.

Es wird empfohlen, zuerst mit dem Tagestragen zu beginnen. Wenn hierbei keine Probleme auftreten, kann eine schrittweise Einführung des verlängerten Tragens, entsprechend der Vorgabe durch Ihren Kontaktlinsenanpasser, erfolgen.

Nach dem Abnehmen sollen mindestens über Nacht keine neuen Kontaktlinsen aufgesetzt werden.

Kontraindikationen

Verwenden Sie ACUVUE® Kontaktlinsen nicht zur Korrektur Ihrer Fehlsichtigkeit, wenn Sie eine der folgenden Beschwerden haben:

- Entzündung oder Infektionen im oder um das Auge oder die Augenlider herum.
- Jegliche Augenerkrankungen, -verletzungen oder -störungen, die die Hornhaut, Bindehaut oder die Augenlider betreffen.
- Zuvor diagnostizierte Probleme, aufgrund derer das Tragen von Kontaktlinsen unangenehm ist.
- Sehr trockene Augen.
- Reduzierte Hornhautempfindlichkeit (Hypästhesie der Hornhaut).
- Systemische Krankheiten, die das Auge betreffen oder durch das Tragen von Kontaktlinsen verstärkt werden.
- Allergische Reaktionen der Augenoberfläche oder des umgebenden Gewebes, die durch das Tragen von Kontaktlinsen oder durch die Verwendung von Kontaktlinsenpflegemitteln ausgelöst oder verstärkt werden können.

- Allergie auf Inhaltsstoffe einer Lösung, die zur Pflege Ihrer Kontaktlinsen verwendet wird, z. B. Thiomersal oder Quecksilberhaltige Bestandteile.
- Aktive Hornhautinfektionen (durch Bakterien, Pilze, Protozoen oder Viren).
- Wenn es zu Rötungen oder Reizungen des Auges kommt.

Zur therapeutischen Verwendung kann Ihnen Ihr Augenarzt Kontaktlinsen verschreiben, um den Heilungsprozess bestimmter Augenleiden zu unterstützen, wie z. B. die vorstehend genannten.

Wichtig – Was Sie über das Tragen von Kontaktlinsen wissen sollten

Es ist äußerst wichtig, dass Sie die Anweisungen Ihres Kontaktlinsenanpassers in Bezug auf die ordnungsgemäße Anwendung Ihrer Kontaktlinsen befolgen. Hinsichtlich des Tragens von Kontaktlinsen sind folgende Warnungen zu berücksichtigen:

- Probleme beim Tragen der Kontaktlinsen oder beim Gebrauch der Pflegeprodukte können zu schweren Verletzungen am Auge führen. Die richtige Anwendung und Pflege der Kontaktlinsen sowie der richtige Gebrauch der Pflegeprodukte (u. a. die Reinigung des Aufbewahrungsbehälters) sind unerlässlich für die sichere Nutzung der Kontaktlinsen.[1]
- Augenbeschwerden (z. B. Hornhautgeschwüre) können sich rasch entwickeln und zum Sehverlust führen.
- In Studien wurde festgestellt, dass das Risiko einer ulzerativen Keratitis bei Kontaktlinsenträgern im vT-Modus (verlängertes Tragen) höher ist als im TT-Modus (Tagestragen).
- Wenn TT-Träger die Kontaktlinsen über Nacht auf dem Auge belassen (entgegen dem freigegebenen Verwendungszweck dieser Linsen), ist das Risiko einer ulzerativen Keratitis höher als bei TT-Trägern, die die Kontaktlinsen bestimmungsgemäß nur am Tag tragen.

[1] New England Journal of Medicine, September 21, 1989, 321 (12), pp 773-783.

- Das Gesamtrisiko einer ulzerativen Keratitis kann durch sorgfältige Beachtung der Vorschriften für die Pflege der Kontaktlinsen und des Aufbewahrungsbehälters vermindert werden.
- In Studien wurde festgestellt, dass das Risiko einer ulzerativen Keratitis bei Kontaktlinsenträgern, die zugleich Raucher sind, höher ist als bei Nichtrauchern.
- Sollten Augenbeschwerden, übermäßiger Tränenfluss, Änderungen der Sehqualität, Rötungen der Augen oder sonstige Beschwerden auftreten, nehmen Sie Ihre Kontaktlinsen sofort ab und kontaktieren Sie umgehend Ihren Kontaktlinsenanpasser.
- Bringen Sie die Kontaktlinsen nicht mit Wasser in Berührung, wie z.B. beim Baden in der Badewanne, beim Schwimmen oder bei anderen Wassersportarten, da dies das Risiko einer ernsthaften Infektion erhöhen und zu Sehverlust führen kann. Wenn die Kontaktlinsen mit Wasser überspült wurden, sollten Sie diese anschließend durch ein frisches Paar ersetzen. Falls Sie Kontaktlinsen bei Wasseraktivitäten tragen möchten, kontaktieren Sie Ihren Kontaktlinsenanpasser für weitere Informationen.
- Es wird empfohlen, dass Sie Ihren Kontaktlinsenanpasser regelmäßig, wie angegeben, aufsuchen.

Nebenwirkungen

Beim Tragen von Kontaktlinsen können folgende Probleme auftreten:

- Augenbrennen, stechender Augenschmerz oder Augenjucken.
- Beim ersten Tragen der Kontaktlinsen kann es zu einem Unbehagen kommen.
- Fremdkörpergefühl.
- Es kann aufgrund peripherer Infiltrate, peripherer Hornhautgeschwüre und Hornhauterosionen zu einigen vorübergehenden Beschwerden kommen. Es können andere physiologische Symptome auftreten, wie lokale oder allgemeine Ödeme, Hornhautgefäßneubildungen, Hornhautstippungen, Injektionen, tarsale Abnormitäten, Regenbogenhautentzündungen und Bindehautentzündungen beobachtet werden, von denen einige bei geringer Ausprägung klinisch akzeptabel sind.

- Übermäßiger Tränenfluss, ungewöhnliche Sekretion am Auge oder Rötung des Auges.
- Verschlechterung der Sehqualität, verschwommenes Sehen, Regenbögen oder Lichthöfe um Lichtquellen herum und Lichtempfindlichkeit oder Symptome von trockenen Augen können dann auftreten, wenn Kontaktlinsen ohne Unterbrechnung oder zu lange getragen werden.

Falls eines der oben genannten Symptome auftreten sollte, kann dies das Anzeichen für ein Hornhautgeschwür, eine Gefässneubildung oder eine Regenbogenhautentzündung sein. Sie sollten in diesem Fall schnellstmöglichst Ihren Augenspezialisten aufsuchen, damit das Problem identifiziert und falls nötig behandelt werden kann um eine schwerwiegende Schädigung des Auges zu vermeiden.

Wie Sie Probleme erkennen und was Sie tun können

Sie sollten mindestens einmal täglich einen einfachen Selbsttest durchführen.

Stellen Sie sich hierzu folgende Fragen:

1. Wie fühlen sich die Kontaktlinsen auf meinen Augen an?
2. Wie sehen meine Augen aus?
3. Sehe ich immer noch gut?

Falls Sie irgendwelche Probleme bemerken, sollten Sie umgehend die Linse vom Auge nehmen. Sollten die Beschwerden oder Probleme nachlassen, untersuchen Sie Linse sorgfältig nach Beschädigungen, Schmutz oder Fremdkörpern. Entsorgen Sie die Linse und setzen Sie eine frische Linse auf das Auge. Falls nach dem Aufsetzen die Beschwerden immer noch vorhanden sind, **NEHMEN SIE DIE LINSE SOFORT VOM AUGE UND KONTAKTIEREN SIE IHREN AUGENSPEZIALISTEN.**

DENKEN SIE DARAN: SYMPTOME SIND WARNSIGNALE. NEHMEN SIE DIE KONTAKTLINSEN IM ZWEIFELSFALL VOM AUGE.

Hygiene

Vorbereiten der Kontaktlinsen zum Aufsetzen
Sauberkeit ist das A und O im Umgang mit Kontaktlinsen.

Entwickeln Sie eine angemessene Hygiene-Routine für die Handhabung Ihrer Kontaktlinsen.

- Waschen Sie Ihre Hände stets gründlich mit einer milden Seife, spülen Sie sie sorgfältig ab und trocknen Sie sie mit einem fusselfreien Handtuch ab, bevor Sie Ihre Kontaktlinsen berühren.
- Verwenden Sie keine Kosmetika, Seifen mit rückfettenden Substanzen, Lotionen oder Cremes, bevor Sie Ihre Kontaktlinsen anfassen. Setzen Sie die Kontaktlinsen am besten vor dem Auftragen von Make-up auf.
- Halten Sie Ihre Augen bei der Verwendung von Haarspray oder anderen Aerosolen geschlossen.
- Befolgen Sie stets die Anweisungen in dieser Broschüre und alle Hinweise, die Sie von Ihrem Kontaktlinsenanpasser für das richtige Handhaben, Aufsetzen, Abnehmen und Anwenden Ihrer Kontaktlinsen erhalten.
- Tragen Sie die Kontaklinsen nie länger als den bestimmungsgemäß vorgesehenen Zeitraum.

Verpackung der Kontaktlinsen

Zum Öffnen der Box ziehen Sie die Öffnungsklappe auf der Vorderseite nach oben und durchbrechen die Versiegelung. Zum Verschließen der Box stecken Sie die Klappe einfach in den Schlitz. Jede Kontaktlinse ist einzeln in einem Blister verpackt, um die Sterilität zu gewährleisten solange der Blister versiegelt ist.

VERWENDEN SIE DIE KONTAKTLINSEN NICHT, wenn die sterile Blisterverpackung geöffnet oder beschädigt ist oder das Verfallsdatum überschritten wurde**.**

So öffnen Sie eine einzelne Blisterverpackung:

1. Trennen Sie zunächst ein Kontaktlinsenblister vom restlichen Blisterstreifen ab. Achten Sie darauf, die anderen Blisterverpackungen nicht zu beschädigen.
2. Schütteln Sie den Blister, damit sich die Kontaktlinse frei in der Lösung bewegen kann.
3. Ziehen Sie die Folie ab. Gelegentlich kommt es vor, dass die Kontaktlinse an der Verschlussfolie oder am Blister haften bleibt. Dadurch wird die Sterilität der Kontaktlinse jedoch nicht beeinträchtigt; Sie können sie ohne Bedenken verwenden.
4. Berühren Sie die Kontaktlinse vorsichtig mit der Fingerspitze und achten Sie darauf, die Linse nicht mit den Fingernägeln zu beschädigen. Es empfiehlt sich, die Nägel kurz und glatt zu halten.
5. Entnehmen Sie die Kontaktlinse vorsichtig aus dem Blister, indem Sie sie am Rand entlang nach oben schieben. Verwenden Sie hierfür niemals Pinzetten oder andere Hilfsmittel.

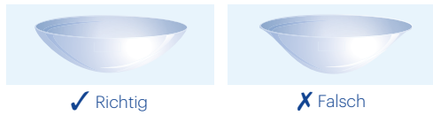
Aufsetzen der Kontaktlinse

Um Verwechslungen zu vermeiden, sollten Sie es sich angewöhnen, die erste Kontaktlinse immer auf das rechte Auge aufzusetzen.

Vergewissern Sie sich vor dem Aufsetzen der Kontaktlinse, dass es sich um eine einzelne, befeuchtete, saubere Kontaktlinse handelt, die keine Einkerbungen oder Risse aufweist. Falls die Kontaktlinse beschädigt ist, werfen Sie sie weg und nehmen eine neue Linse.

Vergewissern Sie sich, dass sich die Kontaktlinse nicht umgestülpt hat.

Platzieren Sie die Kontaktlinse auf der Spitze Ihres Zeigefingers und überprüfen Sie die Linse im Profil. Die Kontaktlinse sollte eine schüsselähnliche, natürlich gebogene Form aufweisen. Wenn der Rand der Kontaktlinse tendenziell nach außen zeigt, hat sich die Linse umgestülpt. Eine weitere Methode, um dies festzustellen, besteht darin, die Kontaktlinse sanft zwischen dem Daumen und dem Zeigefinger zu drücken. Der Rand sollte sich nach innen biegen. Bei einer umgestülpten Kontaktlinse biegt sich der Rand leicht nach außen.



Andere Möglichkeit:

Platzieren Sie die Kontaktlinse auf der Spitze Ihres Zeigefingers, halten Sie sie in Augenhöhe und betrachten Sie die Zahlenfolge 123. Wenn Sie die Zahlen als „123" sehen, ist die Kontaktlinse richtig ausgerichtet; wenn Sie die Zahlen jedoch in umgekehrter Reihenfolge und spiegelverkehrt sehen, hat sich die Linse umgestülpt. Wenn die Kontaktlinse umgestülpt ist (Zahlen in umgekehrter Reihenfolge und spiegelverkehrt), sollten Sie die Linse andersherum stülpen und die Zahlenfolge erneut betrachten, um sicherzustellen, dass die Linse nun richtig ausgerichtet ist.

In **Tabelle 1** können Sie sehen, welche Produkte mit der „123"-Handhabungsmarkierung ausgestattet sind.

Hinweis:
Wenn Sie die Kontaktlinse vor dem Aufsetzen auf das Auge abspülen müssen, verwenden Sie hierzu ausschließlich die von Ihrem Kontaktlinsenanpasser empfohlene frische sterile Abspüllösung.

VERWENDEN SIE NIEMALS LEITUNGSWASSER.

Platzieren der Kontaktlinsen auf dem Auge

1. Denken Sie daran, mit dem rechten Auge zu beginnen. Nachdem Sie die Kontaktlinse überprüft und sich vergewissert haben, dass sie nicht umgestülpt ist, platzieren Sie die Linse auf der Spitze Ihres Zeigefingers.
2. Legen Sie den Mittelfinger derselben Hand an die untere Wimpernreihe und ziehen Sie das Unterlid nach unten.
3. Nehmen Sie den Zeige- oder Mittelfinger der anderen Hand zu Hilfe, um das Oberlid anzuheben, und setzen Sie die Kontaktlinse auf das Auge.
4. Lassen Sie vorsichtig beide Lider los und blinzeln Sie.
5. Wiederholen Sie diese Schritte mit der Kontaktlinse für das linke Auge.

Es gibt noch andere Methoden zum Aufsetzen von Kontaktlinsen. Wenn Sie mit der oben beschriebenen Methode Schwierigkeiten haben, kann Ihnen Ihr Kontaktlinsenanpasser eine andere Methode zeigen.

Zentrieren der Kontaktlinse

Üblicherweise zentriert sich die Kontaktlinse nach dem Aufsetzen von selbst auf der Mitte des Auges und sie verschiebt sich während des Tragens nur äußerst selten auf das Weiße des Auges. Wenn beim Aufsetzen oder Abnehmen der Kontaktlinse nicht richtig vorgegangen wird, kann es allerdings vorkommen, dass sich die Linse verschiebt. Zum Zentrieren der Kontaktlinse gehen Sie in diesem Fall nach einer der beiden folgenden Methoden vor:

a. Schließen Sie die Augenlider und bringen Sie die Kontaktlinse durch sanfte Massagebewegungen auf den geschlossenen Lidern in die richtige Position.

Oder

b. Schieben Sie die verrutschte Kontaktlinse vorsichtig bei geöffnetem Auge durch sanften Fingerdruck auf den Rand des Ober- oder Unterlids wieder in die Augenmitte.

Hinweis:
Wenn Sie nach dem Aufsetzen der Kontaktlinse verschwommen sehen, sollten Sie Folgendes überprüfen:

- Die Kontaktlinse befindet sich möglicherweise nicht mittig auf dem Auge. Befolgen Sie in diesem Fall die oben genannten Anweisungen zum Zentrieren der Kontaktlinse.
- Wenn die Kontaktlinse an der richtigen Stelle sitzt und Sie dennoch verschwommen sehen, sollten Sie Folgendes überprüfen:

  a. Kosmetika oder Fette auf der Linse: Reinigen und spülen Sie die Linse mit einem für Weichlinsen zugelassenen Pflegesystem. Falls die Kosmetikrückstände oder Fette entfernt sind, setzen Sie die Linse wieder auf das Auge. Sollte Ihr Sehen immer noch verschwommen sein, entsorgen Sie die Linse und ersetzen Sie sie mit einer neuen.

  b. Die Kontaktlinse befindet sich möglicherweise auf dem falschen Auge

  c. Die Kontaktlinse ist möglicherweise umgestülpt, was sich auch durch einen geringeren Tragekomfort als üblich äußert.

Sollte Ihre Sicht noch immer verschwommen sein, nehmen Sie die Kontaktlinse vom Auge ab und kontaktieren Sie Ihren Kontaktlinsenanpasser.

Vorgehensweise bei einer festsitzenden (nicht beweglichen) Kontaktlinse

Für den Fall, dass eine Kontaktlinse am Auge haften bleibt, können Sie sich von Ihrem Kontaktlinsenanpasser eine Benetzungs- oder Nachbenetzungslösung empfehlen lassen. Damit können Sie Ihre Kontaktlinsen während des Tragens anfeuch-ten, damit sie bequemer sitzen.

Geben Sie einfach ein paar Tropfen auf das Auge und warten Sie, bis die Kontaktlinse wieder frei auf dem Auge beweglich ist. Besteht das Problem weiterhin, sollten Sie **UNVERZÜGLICH** Ihren Kontaktlinsenanpasser aufsuchen.

Vorgehensweise bei einer ausgetrockneten (dehydrierten) Kontaktlinse

Wenn eine ACUVUE® Kontaktlinse vom Auge abgenommen wird und längere Zeit der Luft ausgesetzt bleibt, trocknet die Oberfläche aus und wird allmählich spröde. Die Kontaktlinse ist in diesem Fall zu entsorgen und durch eine neue Kontaktlinse zu ersetzen.

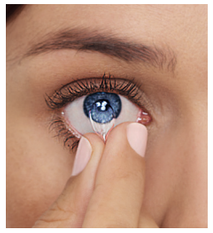
Abnehmen der Kontaktlinsen

Beginnen Sie immer mit der rechten Kontaktlinse.

Waschen Sie Ihre Hände gründlich und trocknen Sie sie gut ab. Befolgen Sie dieselben Hygieneregeln wie bereits unter „Hygiene" beschrieben

Vorsicht:
Vergewissern Sie sich vor dem Abnehmen der Kontaktlinse stets, dass sich die Linse in der Augenmitte befindet.

Dies können Sie überprüfen, indem Sie das andere Auge zuhalten. Wenn Sie dann verschwommen sehen, ist die Kontaktlinse entweder verrutscht oder befindet sich überhaupt nicht mehr auf dem Auge. Suchen Sie zum Auffinden der Kontaktlinse zunächst den oberen Bereich des Auges ab, indem Sie nach unten in einen Spiegel schauen und dabei das Oberlid nach oben ziehen.



Untersuchen Sie anschließend den unteren Bereich, indem Sie das Unterlid nach unten ziehen.

Wenn Sie die Kontaktlinse gefunden haben, können Sie sie mithilfe der nachfolgenden Technik oder einer anderen von Ihrem Kontaktlinsenanpasser empfohlenen Methode vom Auge abnehmen.

Empfohlener Ablauf

1. Schauen Sie nach oben und schieben Sie die Kontaktlinse mit dem Zeigefinger nach unten in den weißen Bereich des Auges.
2. Die Kontaktlinse anschließend vorsichtig zwischen Daumen und Zeigefinger klemmen und abnehmen.

Kontaktlinsenpflege

Um langfristig eine sichere Kontaktlinsenanwendung und einen hohen Tragekomfort zu gewährleisten, ist es wichtig, die Anweisungen zu befolgen, die Sie von Ihrem Kontaktlinsenanpasser erhalten. Wenn Sie Ihre Kontaktlinsen abnehmen und zu einem späteren Zeitpunkt wieder aufsetzen möchten, sollten Sie die Anweisungen zur ordnungsgemäßen Reinigung, Spülung, Desinfektion und Aufbewahrung gründlich lesen.

Die Nichtbefolgung der vorgesehenen Maßnahmen zur Kontaktlinsenpflege kann zu schwerwiegenden Augenproblemen führen, wie unter **„Wichtig – Was Sie über das Tragen von Kontaktlinsen wissen sollten"** beschrieben.

Zum Entfernen von Schleim, Sekreten und Ablagerungen müssen die Kontaktlinsen gereinigt und abgespült werden. Dies muss unmittelbar nach dem Absetzen der Kontaktlinsen und vor der Desinfektion erfolgen.

Gefährliche Krankheitserreger lassen sich nur durch Reinigen, Abspülen und Desinfizieren beseitigen. Befolgen Sie die Gebrauchsanweisung des Kontaktlinsen-Pflegesystems (chemisch, nicht Hitze), das Ihnen Ihr Kontaktlinsenanpasser empfohlen hat. Verschiedene Produkte können nicht immer gemeinsam verwendet werden. Außerdem sind nicht alle Produkte für alle Kontaktlinsen geeignet. Kontaktlinsen- Pflegesysteme dürfen nur dann gewechselt oder gemischt werden, wenn dies auf dem Etikett des Pflegeprodukts gestattet wird.

Wenn Sie ein Pflegesystem verwenden, bei dem Wasserstoff peroxid zum Einsatz kommt, müssen Sie die Kontaktlinsen auch neutralisieren.

- Waschen Sie vor dem Anfassen der Kontaktlinsen stets Ihre Hände und trocknen Sie sie gut ab.
- Verwenden Sie stets frische Kontaktlinsen-Pflegemittel, deren Verfallsdatum nicht überschritten ist.
- Wechseln Sie Ihre Pflegemittelmarke **NIEMALS** ohne vorherige Absprache mit Ihrem Kontaktlinsenanpasser.
- Thermische Systeme, bei denen Wärme zum Einsatz kommt, können Ihre Kontaktlinsen beschädigen.
- Bewahren Sie Ihre Kontaktlinsen **NIEMALS** nur in Kochsalzlösung auf. Kochsalzlösung schützt die Kontaktlinsen nicht vor Verunreinigungen und kann zu Augeninfektionen führen.
- Verwenden Sie **NIEMALS** Pflegemittel, die für harte Kontaktlinsen (formstabile Kontaktlinsen) empfohlen werden.

- Da einige Kontaktlinsenmaterialien Silikon enthalten, wie in **Tabelle 1** angegeben, kann die Benetzbarkeit variieren, wenn unterschiedliche Kontaktlinsen-Pflegemittel verwendet werden. Ihr Kontaktlinsenanpasser sollte Ihnen ein geeignetes Pflegesystem für ACUVUE® Kontaktlinsen empfehlen.
- Wenn Sie sterile Lösungen ohne Konservierungsstoffe verwenden, sollten Sie diese nach dem in der Gebrauchsanweisung angegebenen Zeitpunkt entsorgen.
- Stecken Sie Ihre Kontaktlinsen **NIEMALS** in den Mund und verwenden Sie KEINE anderen als die empfohlenen Mittel, um die Kontaktlinsen zu benetzen.
- Spülen Sie Ihre Kontaktlinsen **NIEMALS** mit Leitungswasser ab, da dieses Verunreinigungen enthalten kann, die zu einer Kontamination oder Beschädigung Ihrer Kontaktlinsen führen und Augeninfektionen oder Verletzungen nach sich ziehen können.
- Reinigen Sie immer zuerst die rechte Kontaktlinse, um Verwechslungen zu vermeiden.
- Lagern Sie jede Kontaktlinse in der für sie vorgesehenen Kammer des Aufbewahrungsbehälters und vergewissern Sie sich, dass die Kontaktlinsen vollständig von der Aufbewahrungslösung bedeckt sind, solange sie nicht getragen werden. Wenn sich die Kontaktlinsen längere Zeit außerhalb der Aufbewahrungslösung befinden, können sie austrocknen und spröde werden. In diesem Fall müssen sie entsorgt werden.
- Die Lösung im Aufbewahrungsbehälter darf **NIEMALS** wiederverwendet werden.
- Wenden Sie sich an Ihren Kontaktlinsenanpasser, wenn Sie Ihre Kontaktlinsen über einen längeren Zeitraum aufbewahren möchten.
- Wiederverwendbare Austauschkontaktlinsen sollten nach der von Ihrem Kontaktlinsenspezialisten empfohlenen Trageperiode entsorgt werden.

Pflege des Aufbewahrungsbehälters

Da Kontaktlinsen-Aufbewahrungsbehälter eine Brutstätte für Bakterien darstellen können, müssen sie nach dem Gebrauch geleert, gereinigt, mit den empfohlenen sterilen Lösungen gespült und an der Luft getrocknet werden. Sie sollten Ihren Aufbewahrungsbehälter außerdem regelmäßig entsprechend den Vorgaben des Herstellers oder Ihres Kontaktlinsenanpassers austauschen.

VERWENDEN SIE NIEMALS LEITUNGSWASSER ZUM AUSSPÜLEN DES AUFBEWAHRUNGSBEHÄLTERS.

Sollte Ihr Kontaktlinsenvorrat zu Ende gehen

Es ist wichtig, immer einen ausreichenden Vorrat an Ersatzlinsen verfügbar zu haben.

Denken Sie daran, dass Sie ausreichend Zeit für die Bestellung, Lieferung und Abholung Ihrer Ersatzlinsen bei Ihrem Kontaktlinsenanpasser einplanen müssen.

Falls Sie aus irgendeinem Grund keine Kontaktlinsen mehr vorrätig haben, sollten Sie Ihre Brille tragen.

Auch wenn ACUVUE® Kontaktlinsen das von Ihnen bevorzugte Mittel zur Korrektur Ihrer Fehlsichtigkeit darstellen sollte, bleibt die Brille ein unentbehrlicher Ersatz für alle Kontaktlinsenträger.

Hinweise zu Monovision

Wenn Ihnen Ihr Kontaktlinsenanpasser zur Monovision rät, sollten Sie folgende Hinweise beachten:

Wie bei jeder Korrektur der Fehlsichtigkeit mit Linsen kann es auch hier zu Einschränkungen in der Sehqualität kommen.

In manchen Fällen können Kontaktlinsen für Monovision die Sehschärfe und Tiefenwahrnehmung reduzieren. Einigen Kontaktlinsenträgern fällt es schwer, sich hieran zu gewöhnen.

Die Symptome, wie z. B. verschwommenes Sehen und schwankende Sehqualität, können kurze Zeit oder einige Wochen anhalten, bis sich Ihre Augen an das neue Sehen gewöhnt haben. Je länger diese Symptome anhalten, desto geringer sind Ihre Erfolgsaussichten mit diesem System.

Während dieses Gewöhnungszeitraums sollten Sie diese Kontaktlinsen ausschließlich in vertrauter Umgebung und in Situationen tragen, die keine großen Sehanforderungen an Sie stellen. Bis sich Ihre Augen an das neue Sehen gewöhnt haben, sollten Sie beispielsweise nicht Auto fahren.

Einige Kontaktlinsenträger müssen zusätzlich zu ihren Kontaktlinsen eine Brille tragen, um bei anspruchsvollen Aufgaben so scharf wie möglich sehen zu können.

- In einigen Situationen, in denen das Licht sehr schwach ist, wie z. B. bei nächtlichen Autofahrten, kann die Sehqualität auf Dauer eingeschränkt bleiben. Wenn dies der Fall ist, können Sie zusätzliche Kontaktlinsen angepasst bekommen, wenn in der Ferne eine bessere Sehqualität erforderlich ist.
- Die Entscheidung für Monovision sollte stets nach einer ausführlichen Beratung durch einen Kontaktlinsenanpasser erfolgen.
- Befolgen Sie die Ratschläge, die Sie zur Gewöhnung an die Monovision erhalten, und besprechen Sie jegliche Bedenken oder Probleme während und nach der Gewöhnungsphase stets mit Ihrem Kontaktlinsenanpasser.

Weitere wichtige Informationen

Vorsichtsmaßnahmen

- Bevor Sie Ihren Kontaktlinsenanpasser verlassen, sollten Sie in der Lage sein, die Kontaktlinsen selbstständig vom Auge zu nehmen oder eine Person haben, die dies für Sie übernehmen kann.
- Fassen Sie Ihre Kontaktlinsen **NICHT** mit Ihren Fingern oder Händen an, wenn diese nicht vollständig sauber sind, weil winzige Linsenkratzer ein verschwommenes Sehen und Augenverletzungen verursachen können.
- Gehen Sie mit Ihren Kontaktlinsen immer sorgfältig um und lassen Sie sie nicht fallen.
- Nehmen Sie Ihre Kontaktlinsen unverzüglich ab, wenn eine Rötung oder Reizung der Augen eintritt.
- Informieren Sie alle Ihre Ärzte darüber, dass Sie Kontaktlinsen tragen.
- Wenden Sie sich stets an Ihren Kontaktlinsenanpasser, bevor Sie Augentropfen anwenden oder Medikamente benutzen.
- Bestimmte Medikamente, beispielsweise Antihistamine, Dekongestiva, Diuretika, Muskelrelaxanzien, Tranquilizer und Mittel gegen Reisekrankheit, können eine Austrocknung der Augen, ein verstärktes Fremdkörpergefühl und verschwommenes Sehen zur Folge haben. Beim Auftreten von Problemen sollten Sie ärztlichen Rat einholen.
- Falls Chemikalien auf Ihre Augen spritzen, ist Folgendes zu tun: **SPÜLEN SIE DIE AUGEN SOFORT MIT LEITUNGSWASSER. SUCHEN SIE UNVERZÜGLICH IHREN AUGENARZT ODER DIE AMBULANZ/ NOTAUFNAHME DES NÄCHSTGELEGENEN KRANKENHAUSES AUF.**
- Bei Kontaktlinsenträgerinnen, die orale Empfängnisverhütungsmittel einnehmen, kann sich die Sehqualität und/oder die Verträglichkeit der Kontaktlinsen verändern. Ihr Kontaktlinsenanpasser wird Sie auf dieses Problem hinweisen.
- Wie bei allen Kontaktlinsen sind regelmäßige Augenuntersuchungen notwendig, um die Augengesundheit und Sehkraft zu erhalten.

- Lassen Sie niemals andere Personen Ihre Kontaktlinsen tragen. Ihre Kontaktlinsen sind individuell auf Ihre Augen und die für Sie erforderliche Korrektion abgestimmt. Durch das gemeinsame Nutzen von Kontaktlinsen erhöht sich das Risiko von Augeninfektionen.
- Um die Gesundheit Ihrer Augen und einen hohen Sehkomfort beizubehalten, ist es wichtig, dass Sie ACUVUE® Kontaktlinsen nur in der von Ihrem Kontaktlinsenanpasser erläuterten Weise verwenden. Diese Broschüre dient als Erinnerungshilfe für die beim Tragen der Kontaktlinsen zu beachtenden Anweisungen.
- Ihr Kontaktlinsenanpasser sollte umfassend über Ihre medizinische Vorgeschichte und Ihren Gesundheitszustand auf dem Laufenden gehalten werden, um Ihnen auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Kontaktlinsen und ein geeignetes Pflegesystem empfehlen zu können.
- Nach Ablauf des von Ihrem Kontaktlinsenanpasser genannten Verwendungszeitraums müssen ACUVUE® Kontaktlinsen entsorgt und durch ein neues Paar steriler Linsen ersetzt werden.
- Alle schädlichen oder reizenden Dämpfe oder Rauch müssen während des Tragens von Kontaktlinsen vermieden werden.
- Informieren Sie Ihren Arbeitgeber in jedem Fall darüber, dass Sie Kontaktlinsen tragen. Bei bestimmten Tätigkeiten ist das Tragen einer Schutzbrille vorgeschrieben bzw. das Tragen von Kontaktlinsen untersagt.
- Wenden Sie sich bei Fragen stets an Ihren Kontaktlinsenanpasser.

Zusammenfassung

Wie bei allen Arten von Kontaktlinsen sind bestimmte Regeln zu beachten, die dem Schutz Ihrer Augen und der Verbesserung Ihres Sehvermögens dienen:

- Befolgen Sie stets die Anweisungen Ihres Kontaktlinsenanpassers zum sicheren Tragen von Kontaktlinsen. Regelmäßige Nachkontrollen sind unerlässlich für ein erfolgreiches und gesundes Kontaktlinsentragen.
- Ein hohes Maß an Hygiene ist für das sichere Tragen von Kontaktlinsen unabdingbar.
- Tragen Sie die Kontaktlinsen **NIEMALS** länger als den bestimmungsgemäß vorgesehenen Zeitraum.
- Kontaktlinsen, die später wiederverwendet werden sollen, müssen nach jedem Absetzen **UNBEDINGT GEREINIGT, ABGESPÜLT** und **DESINFIZIERT** werden.
- Die Lösung im Aufbewahrungsbehälter darf **NIEMALS** wiederverwendet werden. Verwenden Sie immer frische Lösung, wenn Sie die Kontaktlinsen abnehmen.
- Beim Auftreten von Beschwerden, wie z. B. geröteten/ gereizten Augen oder verschwommenem Sehen, sollten Sie **UNVERZÜGLICH** die Kontaktlinsen abnehmen und Ihren Kontaktlinsenanpasser aufsuchen.
- Halten Sie stets eine Brille bereit, damit Sie nicht in Versuchung geraten, die Kontaktlinsen in Situationen weiterzutragen, in denen diese eigentlich abgenommen werden sollten. Auch wenn Kontaktlinsen das von Ihnen bevorzugte Mittel zur Korrektur Ihrer Fehlsichtigkeit darstellen, bleibt die Brille ein unentbehrlicher Ersatz.

Als Träger von Kontaktlinsen der Marke ACUVUE®, werden Sie schnell deren Vorteile gegenüber Kontaktlinsen anderer Marken erkennen.

Um den maximalen Vorteil und Nutzen dieser Kontaktlinsen auszuschöpfen, ist es wichtig, dass Sie die Anweisungen in dieser Broschüre befolgen.

Sie sollten sich beim Tragen Ihrer Kontaktlinsen an die Anleitungen und Empfehlungen Ihres Kontaktlinsenanpassers und an diese Broschüre halten.

Nebenwirkungen

Jegliche Nebenwirkungen, die Sie beim Tragen von ACUVUE® Kontaktlinsen beobachten, sollten Sie Ihrem Kontaktlinsenanpasser mitteilen, der diese an den Hersteller weiterleitet.

Persönliche Daten

ACUVUE® Kontaktlinsen.

Markenbezeichnung:

Rechte Kontaktlinse:
Stärke und Basiskurve

Linke Kontaktlinse:
Stärke und Basiskurve

IHRE KONTAKTLINSEN SOLLTEN NACH ABLAUF DES VON IHREM KONTAKTLINSENANPASSER GENANNTEN ZEITRAUMS AUSGETAUSCHT WERDEN.

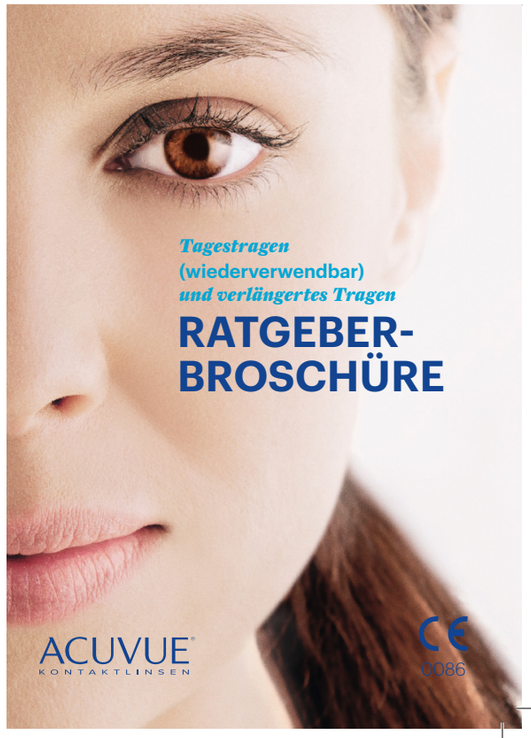
Pflegemittel:

Wenden Sie sich bei Fragen an Ihren Kontaktlinsenanpasser.

Adresse und Telefonnummer Ihres Kontaktlinsenanpassers:

Regelmäßige Besuche bei Ihrem Kontaktlinsenanpasser sind wichtig für den Erhalt Ihrer Augengesundheit und Sehkraft.

Nachkontrolltermine:

1 2 3

4 5 6