OPTIQUE DALOZ

Comment entretenir mes lentilles

Pour un confort optimal et le respect physiologique de vos yeux, les lentilles de contact nécessitent un entretien minutieux. L'entretien des lentilles est aujourd'hui très simple et rapide. Il suffit de quelques minutes et d'un peu de bon sens pour prendre soin de vos lentilles et de vos yeux !

Avant de manipuler vos lentilles, préparer tout ce dont vous avez besoin sur une surface propre. Puis lavez-vous les mains (savon de Marseille) et séchez-les soigneusement dans une serviette non pelucheuse. Il est préférable d'avoir les ongles courts, plus hygiénique, plus pratique et cela limite le risque de déchirure.

Prenez le réflexe de commencer toujours par la même lentille, gauche ou droite, afin de ne pas les intervertir, même si les corrections sont les mêmes.

Pour nettoyer ses lentilles, n'utilisez que les solutions d'entretien spécifiques, qui permettent le nettoyage, la décontamination et le rinçage de la lentille de contact. N'utilisez jamais autre chose. Ne les rincez jamais à l'eau, peu importe sa source car elle contient des germes, des bactéries etc…Ne jamais se laver ou se baigner avec non plus ! Enfin, veillez aux dates de péremption.

Après avoir retiré vos lentilles, nettoyez-les en les massant doucement 15-20s avec le petit doigt et du produit, rincez-les et laissez-les reposer dans la solution pendant la durée indiquée (au moins 8 heures pour la plupart des solutions). Le liquide contenu dans l'étui de vos lentilles de contact est à renouveler tous les jours. Une fois vos lentilles posées sur vos yeux, rincez l'étui avec la solution, puis laissez-le sécher à l'air libre, ouvert, dans un endroit propre et sec.

Changez votre étui à lentilles tous les mois, pour éviter la prolifération de germes. Enfin, respectez le temps de port de vos lentilles en fonction du type de renouvellement (journalier, bimensuel ou mensuel, et dans tous les cas, pas plus de 8 heures par jour !

Ne choisissez que les lentilles prescrites sur votre ordonnance. Ne modifiez jamais la marque ou leurs caractéristiques.

Enfin, si vous ressentez une irritation, une gêne, une rougeur, un larmoiement, ou si vous constatez une baisse d'acuité visuelle, enlevez immédiatement vos lentilles, rincez-vous abondamment les yeux et décontaminez les lentilles à l'aide du produit adéquat. Si les symptômes persistent, consultez votre ophtalmologiste.

NB : Si vous utilisez du maquillage, mettez vos lentilles avant de vous maquiller, et retirez-les avant de vous démaquiller, sans charger le bord libre des paupières.