

Ponerse lentillas

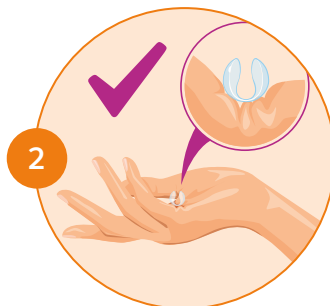
Paso 1: Lava y seca tus manos.

- Antes de manipular tus lentillas lava tus manos y acláralas bien para quitar cualquier resto de jabón.
- Seca tus manos completamente asegurándote de que no te queda nada en las manos (pelusas, hilos...)



Paso 2: Prepara tus lentillas.

- Coge una lentilla del blister asegurándote de que coges la lentilla del ojo que quieres ponerte.
- Coloca la lentilla en la palma de tu mano e intenta cerrar la mano llevando el meñique hacia la palma de tu mano. Si la lentilla está en la posición correcta, sus extremos se juntarán. Si la posición de la lentilla es incorrecta, sus extremos se separarán.



Paso 3: Colócate las lentillas.

- Mirándote en un espejo, con el dedo índice tira del párpado superior hacia arriba desde donde se juntan las pestañas con el párpado.
- Con tu dedo corazón (el del medio) de la otra mano tira del párpado inferior hacia abajo.
- Mira de frente.
- Con tu otro dedo índice coloca la lentilla lentamente sobre la parte coloreada del ojo (iris).



Paso 4: Revisa y confirma.

- Después de colocar la lentilla, retira lentamente tu dedo índice del ojo.
- Manteniendo los párpados sujetos mueve el ojo alrededor para eliminar las burbujas de aire que puedan quedar debajo de la lentilla.
- Lentamente y con cuidado suelta los párpados. Parpadea suavemente para que la lentilla quede firme en su posición.



ADVERTENCIA: NUNCA permitas que el agua entre en contacto con la lentilla ya que esto puede suponer un riesgo de infecciones serias en tus ojos.

Quitarse lentillas.



Paso 1: Lava y seca tus manos.

- Antes de manipular tus lentillas lava tus manos y acláralas bien para quitar cualquier resto de jabón.
- Seca tus manos completamente asegurándote de que no te queda nada en las manos (pelusas, hilos...).



Paso 2: Prepárate para quitarte las lentillas.

- Mira de frente al espejo y comprueba que la lentilla se encuentra sobre la parte coloreada del ojo (iris).
- Desde donde se unen las pestañas al párpado tira del párpado superior hacia arriba. Tira del párpado inferior hacia abajo. Mantén firmemente agarrados los párpados y concéntrate en mantener ambos ojos abiertos.
- Ahora baja la barbilla de tal manera que tu mirada quede un poco hacia arriba.

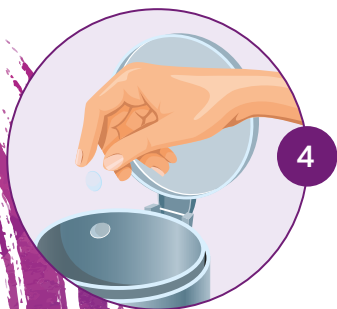


Paso 3: Quítate las lentillas.

- Haz presión suave, pero firme, sobre la superficie de la lentilla y deslízala hacia abajo hasta que se sitúe sobre la parte blanca del ojo.
- Usando tu dedos pulgar e índice pellizca la lentilla suavemente y sácala del ojo.



Es más fácil y seguro quitarte la lentilla cuando se encuentra sobre la parte blanca del ojo que sobre la parte coloreada (iris).



Paso 4: Desecha las lentillas.

- Una vez que la has sacado del ojo debes tirarla a la basura y repetir estos pasos con el otro ojo.



Los blisters de plástico y los packs de cartón que contienen las lentillas son completamente reciclables. También lo es la tapa que cierra el blister de plástico. Puedes reciclar todos estos componentes en los contenedores habituales dispuestos para el reciclado de plásticos y cartón.*

*Los usuarios de lentillas deben seguir las instrucciones de las autoridades locales en lo relacionado con el reciclado de materiales

Consejos Importantes.



Empieza siempre con el mismo ojo cada vez.

Cuando te pongas lentillas es una buena idea empezar siempre con el mismo ojo cada vez. Así tendrás menos probabilidades de cambiar las lentillas de ojo.



Nunca dejes que las lentillas entren en contacto con el agua.

El contacto con el agua aumenta el riesgo de sufrir infecciones oculares serias que podrían acarrear la pérdida de la visión. Esto incluye no usarlas en la ducha, nadando y otras actividades acuáticas.



Tómatelo con calma.

Date tu tiempo y sigue esta guía. Puede costarte un poco al principio ponerte y quitarte las lentillas pero cuantas más veces lo hagas más fácil te resultará.



Nunca uses una lentilla rota o deteriorada.

Si notas que tiene cualquier deterioro como una pequeña rotura, un pelo...no la uses. Abre una lentilla nueva de la caja y pregunta en tu centro por una lentilla para reemplazar la deteriorada.



Sigue siempre el uso recomendado.

Para poder obtener resultados con la lente MiSight® 1 day recomendamos usarlas al menos 10 horas al día durante al menos 6 días a la semana.



Nunca uses lentillas caducadas.

Comprueba la fecha de caducidad del pack y nunca uses lentillas que estén caducadas.



Acude a las citas de revisión.

Las revisiones regulares son muy importantes para evaluar tus progresos y tu salud ocular.



Nunca uses lentillas si tienes los ojos irritados.

Si te sientes mal o tu ojos están rojos o irritados no uses lentillas. Usa tus gafas.



Siempre sigue los consejos de tu Profesional de la Salud Visual.

Hay un pequeño riesgo asociado al uso de lentillas que será minimizado y podrás disfrutar de tus lentillas con seguridad si sigues los consejos de tu profesional de la salud visual.