

MED BEGGE HENDER

Lægg et rent håndkle framfor deg.

1. Trekk det nedre øyelokk nedover med din ene langfinger og det øvre oppover med den andre. Det er viktig å plasserer fingertuppen ytterst på kanten av øyelokkene.
2. Før fingrene mot hverandre.
3. Lensene vil da bli vippt ut og falle ned på håndkleet

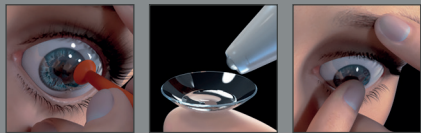


SENTRERE NATTLINSENE

Nattlinsene kan komme ut av stilling og flytte seg ut på sclera (det hvite på øyet). Heldigvis så skjer ikke det så ofte, i prinsippet kan dette bare skje ved innsetting og uttak av linsene dersom teknikken ikke er helt i orden.

For å få linsene på rett plass igjen, gjør følgende:

1. Fjern forsiktig linsen med sugekoppen
2. Skyll linsen
3. Fyll linsen med væske og sett den på igjen



RENSING AV DINE NATTLINSER

Hver gang du tar av dine nattlins er det veldig viktig at du renser og desinfiserer linsene i den linsevæsken som er anbefalt av din optiker. Følg instruksjonene på linsevæsken nøye.

Bruk Avizor Everclean til desinfisering.

Bruk ens eyes Unidose Saline til skylling.



Bruk bare den linsevæsken som er anbefalt av din optiker. Bruk ALDRI saltvann på spray.



NATTLINSER

BRUKSANVISNING

Les denne håndboken før du bruker Natlins er og følg dem trinn for trinn.

GRATULERER MED DINE NYE NATTLINSER

Når du bruker nattlinser er det veldig viktig med god håndhygiene og riktig håndtering av linsene. Med de riktige rutinene vil det være enkelt og naturlig å bruke nattlinser.

FØR DU SETTER PÅ NATTLINSER

For at du skal kunne bruke dine nattlinser sikkert og behagelig, er det viktig at du håndterer linsene rett og er nøye med hygienene rundt linsene.

Husk å alltid vaske hendene dine, som beskrevet under, før du håndterer linsene.

- Vask alltid hendene godt med mild såpe, skyll dem og tørk dem med ett lo-fritt håndkle, før du håndterer linsene.
- Unngå å bruke såpe som inneholder: lanolin, krem eller parfume.
- Unngå å bruke oljebaseret make-up før du håndterer linsene. Disse stoffene kan sette seg på overflaten av linsene og føre til dårligere syn eller ukomfortable linser.
- Linsene bør ikke komme i kontakt med fingerneglene dine, så bruk fingertuppene når du håndterer linsene. Vi anbefaler at neglene alltid er korte og rene.
- Sett et speil på bordet foran deg.

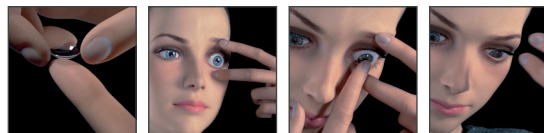
INNSETTING AV NATTLINSER

Gjør det til en vane at du alltid begynner med samme linse hver gang. Slik unngår du at du bytter om på linsene.

Når du har vasket hendene dine, rensert og desinfisert linsene dine som anvist av din optiker, er du klar til å sette inn linsene, som beskrevet under.

Høyre linse er ROSA = R og venstre linse er LYSBLÅ = L.

1. Ta linsen ut av linse-etuiet og sjekk at den er ren, klar og hel.
2. Sett linsen på tuppen av pekefingeren.
3. Drypp et par dråper av den anbefalte væsken i linsen.
4. Len deg framover, slik at du kan se deg selv i speilet.
5. Med samme hånds langfinger trækker du nederst øyelokk forsiktig nedover.
6. Bruk langfingeren på motsatt hånd til å trekke opp øvre øyelokk.
7. Sett linsen forsiktig inn midt på hornhinnen.
8. Sjekk ved å se i speilet om linsen er sentrert riktig på øyet ditt.
9. Slipp øyelokkene og blink forsiktig. Sjekk at linsen sitter rett ved å sjekke at synet er ok.
10. Bruk samme fremgangsmåte på det andre øye.



UTTAK AV NATTLINSER

Vask hendene som beskrevet under "Før du setter på nattlinsene". Ha følgende klart når du skal ta linsene av:

- Linseetuiet.
- Riktig linsevæske.
- Ett rent, lo-fritt håndkle.

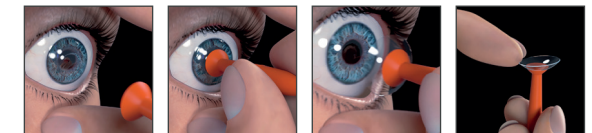
Dette gjøres ved at du ser opp og plasserer en finger på kanten av det nederste øyelokk, mens du ser ned. Se så rett frem og blink flere ganger. Når linse beveger seg kan du ta linsen ut.

Dersom linsen sitter fast på øyet, drypp ett par dråper av den anbefalte væsken i øyet. Blink flere ganger slik at du får bevegelse på linsen. Dersom linsen ikke beveger sig seg etter dette, så må du løsne linsen manuelt.

MED SUGEKOPP

1. Vær helt sikker på at linsen sitter riktig på øyet før du bruker sugeskopp.
2. Plasser sugeskoppen forsiktig midt på linsen.
3. Når sugeskoppen sitter fast på linsen, vri den litt og trekk den forsiktig tilbake.
4. For å få linsen av sugeskoppen så dytter du linsen ut sidelengs.

Alldri dra sugeskoppen rett av linsen, da dette kan knekke den.



BLINKEMETODEN

1. Sitt ned og ha ett rent håndkle framfor deg. Len deg fram til du ser ned i håndkleet.
2. Plasser pekefingeren din på yttersiden av kanten på øvre og nedre øyelokk. Trekk forsiktig huden ut og opp mens du sperrer øyet opp så mye som mulig. Prøv å unngå å blinke.
3. Blink så kraftig. Presset fra øyelokkene dine vil da løsne linsen og den vil falle ned på håndkleet.

