

**TRYB DZIENNY**  
(SYSTEMATYCZNEJ WYMIANY)  
**I TRYB PRZEDŁUŻONY**

# INSTRUKCJA DLA PACJENTA

**ACUVUE®**  
BRAND CONTACT LENSES  

---

**SEE WHAT COULD BE®**

**CE**  
0086

Niniejsza instrukcja dla pacjenta odnosi się do soczewek z rodziny ACUVUE® wymienionych w Tabeli 1, chyba że określono inaczej.

Tabela 1		Zastosowanie i schemat wymiany			
Rodzaj soczewki i nazwa handlowa		Tryb dzienny – systematyczna wymiana	Tryb przedłużony	Znacznik strony	Płyn w blistrze
Sferyczne soczewki kontaktowe marki ACUVUE® – widoczne zabarwienie i filtr UV					
ACUVUE® 2®		●	●		1
ACUVUE® ADVANCE® with HYDRACLEAR®	3	●			2
ACUVUE® OASYS® with HYDRACLEAR® PLUS	3	●	●		2
Toryczne soczewki kontaktowe marki ACUVUE® do korekcji astygmatyzmu – widoczne zabarwienie i filtr UV					
ACUVUE® OASYS® for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR® PLUS	3	●	●		2






## Płyn w blistrze

- 1 Buforowy roztwór soli fizjologicznej.
- 2 Buforowy roztwór soli fizjologicznej z metyloeterocelulozą.



## Materiał

- 3 Materiał soczewki zawiera silikon i spełnia standardy określające 1 klasę materiałów absorbujących promieniowanie UV o transmisyjności mniejszej niż 1% dla promieniowania UVB (280–315 nm) oraz 10% dla promieniowania UVA (316–380 nm). Wszystkie inne produkty z rodziny ACUVUE® spełniają wymagania określające 2 klasę materiałów absorbujących promieniowanie UV o transmisyjności mniejszej niż 5% dla promieniowania UVB oraz 50% dla promieniowania UVA.

**Poniższe symbole mogą pojawić się na naklejkach lub na opakowaniach Twoich soczewek kontaktowych z rodziny ACUVUE®.**

Symbol	Definicja
	Do wyrobu dołączona jest ulotka/instrukcja użytkownika
	Termin przydatności wyrobu do użycia
	Numer serii
	Wyrób jałowy (sterylny); wysterylizowany parą wodną w nadciśnieniu
<b>DIA</b>	Średnica
<b>BC</b>	Promień krzywizny
<b>D</b>	Dioptria (moc soczewki)
	Filtr UV
	Potwierdzenie spełnienia norm EU
	Folia do oderwania
	Producent wniósł wkład finansowy w budowę i funkcjonowanie systemu odzysku i recyklingu odpadów opakowaniowych
	UWAGA: Federalne prawo USA ogranicza sprzedaż tych wyrobów tylko przez lub na polecenie licencjonowanych specjalistów
	Wyprodukowano przez lub w
	Znak identyfikacyjny dla papieru i opakowania
	Znak identyfikacyjny dla składników materiałów

**Patrz tabela 1 dotycząca listy produktów**

	Prawidłowa strona soczewki
	Nieprawidłowa strona soczewki (soczewka wywinęta na drugą stronę)

**Soczewki przeznaczone do korekcji astygmatyzmu**

<b>CYL</b>	Moc cylindryczna
<b>AXIS</b>	Oś

## **Spis treści**

Wprowadzenie .....	<b>5</b>
Zastosowanie .....	<b>6</b>
Schemat użytkowania .....	<b>7</b>
Przeciwwskazania .....	<b>8</b>
Ostrzeżenia – co należy wiedzieć o użytkowaniu soczewek kontaktowych .....	<b>9</b>
Zdarzenia niepożądane .....	<b>10</b>
Bezpieczeństwo (samokontrola) .....	<b>11</b>
Pielęgnacja .....	<b>12</b>
Opakowanie soczewek .....	<b>13</b>
Postępowanie się soczewkami .....	<b>14</b>
Zakładanie soczewek .....	<b>15</b>
Centrowanie soczewki .....	<b>16</b>
Postępowanie z odwodnioną (wysuszoną) soczewką .....	<b>17</b>
Zdejmowanie soczewek .....	<b>17</b>
Podstawowe zasady pielęgnacji soczewek .....	<b>18</b>
Czyszczenie pojemnika na soczewki .....	<b>20</b>
Postępowanie w przypadku braku zapasu soczewek .....	<b>20</b>
Zalecenia dotyczące monowizji .....	<b>21</b>
Inne, ważne informacje .....	<b>22</b>
Podsumowanie .....	<b>24</b>
Zgłaszanie zdarzeń niepożądanych .....	<b>25</b>
Twoje soczewki kontaktowe .....	<b>25</b>

## Wprowadzenie

Gratulujemy Państwu dołączenia do tysięcy zadowolonych pacjentów na całym świecie, którzy doceniają komfort i wygodę, jaką zapewniają soczewki kontaktowe z rodziny ACUVUE® firmy Johnson & Johnson – wiodącego światowego producenta soczewek kontaktowych.

Soczewki kontaktowe z rodziny ACUVUE® są miękkie, cienkie i elastyczne. Wszystko to sprawia, że są one komfortowe już od pierwszych chwil noszenia i zapewniają dostęp tlenu do oczu, na poziomie pozwalającym utrzymać zdrowie oczu. Dodatkowo soczewki te oferują skuteczną ochronę oczu przed transmisją szkodliwego promieniowania ultrafioletowego (UV).

Przełomowa technologia pozwoliła na stworzenie jakości, która charakteryzuje całą rodzinę soczewek z rodziny ACUVUE®, w atrakcyjnej cenie umożliwiającej zastosowanie jej do produkcji soczewek systematycznej wymiany.

Tak jak inne soczewki kontaktowe korygujące wadę wzroku, soczewki z rodziny ACUVUE® są wyrobem medycznym. Regularne wizyty kontrolne i stała opieka specjalisty są kluczowe dla zachowania pełnego zdrowia i dobrego widzenia.

## Zastosowanie

**Sferyczne soczewki kontaktowe z rodziny ACUVUE®** są przeznaczone do noszenia w trybie dziennym w celu korekcji wad wzroku, takich jak krótkowzroczność oraz nadwzroczność u osób mających zdrowe oczy i z astygmatyzm mniejszy lub równy 1,00D.

Soczewki ACUVUE® 2® oraz ACUVUE® OASYS® with HYDRACLEAR® PLUS są również przeznaczone do noszenia w trybie dziennym lub trybie przedłużonym.

**Toryczne soczewki kontaktowe ACUVUE®** są przeznaczone do noszenia w trybie dziennym w celu korekcji wad wzroku, takich jak krótkowzroczność oraz nadwzroczność u osób mających zdrowe oczy i astygmatyzm.

Soczewki ACUVUE® OASYS® with HYDRACLEAR® PLUS są również przeznaczone do noszenia w trybie dziennym lub trybie przedłużonym.

Soczewki kontaktowe ACUVUE® OASYS® mogą być stosowane w celach terapeutycznych jako opatrunek w określonych stanach chorobowych oczu.

Aby uzyskać szczegółowe informacje, należy skonsultować się ze specjalistą. Nigdy nie należy samodzielnie leczyć jakichkolwiek stanów chorobowych za pomocą soczewek kontaktowych lub leków okulistycznych bez wcześniejszej konsultacji ze specjalistą.

Wszystkie soczewki kontaktowe z rodziny ACUVUE® posiadają filtr UV pomagający chronić rogówkę i wnętrze gałki ocznej przed transmisją szkodliwego promieniowania UV.

**OSTRZEŻENIE:** Soczewki kontaktowe z filtrem UV nie zastępują okularów ochronnych, takich jak gogle czy okulary przeciwsłoneczne, blokujących szkodliwe promieniowanie UV, ponieważ nie chronią one całkowicie oczu i okolic wokół nich. Podczas użytkowania soczewek kontaktowych zalecane jest stosowanie dodatkowo odpowiednich okularów blokujących promieniowanie UV.

**Uwaga:**

Długotrwała ekspozycja na promieniowanie UV jest jednym z czynników zwiększających ryzyko wystąpienia zaćmy. Zagrożenie to zależy od wielu czynników, takich jak warunki środowiskowe (szerokość geograficzna, ukształtowanie terenu, zachmurzenie) oraz czynniki indywidualne (czas trwania i rodzaj czynności wykonywanych na świeżym powietrzu). Soczewki kontaktowe z filtrem UV pomagają chronić oczy przed transmisją szkodliwego promieniowania ultrafioletowego. Jednakże dotychczas nie przeprowadzono badań klinicznych pozwalających potwierdzić, że soczewki kontaktowe z filtrem UV redukuje ryzyko rozwoju zaćmy i innych patologii oka. Aby uzyskać szczegółowe informacje, należy skonsultować się ze specjalistą.

## **Schemat użytkowania**

Na podstawie zebranego wywiadu oraz badania oczu Twój specjalista powinien określić odpowiedni dla Ciebie schemat użytkowania i wymiany soczewek.

### **Tryb dzienny – systematyczna wymiana**

Soczewki kontaktowe z rodziny ACUVUE® zalecane do użytkowania w trybie dziennym – systematycznej wymiany (krócej niż 24 godziny, bez okresu snu) powinny być wyrzucane oraz wymieniane na nową parę co dwa tygodnie.

Wszystkie soczewki kontaktowe z rodziny ACUVUE® zalecane do noszenia w trybie dziennym – systematycznej wymiany powinny być czyszczone, spłukiwane i dezynfekowane za każdym razem po zdjęciu z oka tylko za pomocą chemicznych systemów pielęgnacyjnych.

## **Tryb przedłużony**

Soczewki kontaktowe z rodziny ACUVUE® zalecane do użytkowania w trybie przedłużonym (dłużej niż 24 godziny, łącznie ze snem) zostały przedstawione w **Tabeli 1**. Soczewki te mogą być noszone bez zdejmowania przez okres do 7 dni/6 nocy, a po zdjęciu powinny zostać wyrzucone. Twój specjalista określi, czy możesz nosić soczewki w trybie przedłużonym. Użytkowanie soczewek w takim trybie nie wymaga przeprowadzania zabiegów czyszczenia i dezynfekcji.

Zaleca się, aby użytkowanie soczewek rozpocząć od trybu dziennego. Jeśli ten tryb użytkowania przebiega pomyślnie, można stopniowo wydłużać czas noszenia soczewek, jeżeli specjalista wyrazi na to zgodę.

Zaleca się, aby po zdjęciu soczewek noszonych wcześniej w trybie przedłużonym kolejną parę założyć po nocy przespanej bez soczewek lub po dłuższym okresie czasu.

## **Przeciwwskazania**

Nie używaj soczewek kontaktowych z rodziny ACUVUE®, jeśli występuje u Ciebie którykolwiek z niżej wymienionych stanów:

- Stan zapalny lub infekcja oka, okolic oka lub powiek.
- Jakakolwiek choroba oczu, uraz lub nieprawidłowość obejmująca rogówkę, spojówkę lub powieki.
- Jakikolwiek zdiagnozowany wcześniej stan uniemożliwiający komfortowe korzystanie z soczewek.
- Ciężki zespół suchego oka.
- Obniżone czucie rogówki.
- Jakakolwiek choroba ogólna mająca niekorzystny wpływ na oko lub mogąca się nasilać podczas noszenia soczewek kontaktowych.
- Reakcje alergiczne w obrębie powierzchni oka lub tkanek otaczających, które mogą być indukowane albo mogą nasilać się podczas użytkowania soczewek lub korzystania z płynów pielęgnacyjnych.



- Alergia na jakiegokolwiek składniki, takie jak rtęć lub Tiomersal, które mogą być obecne w płynach przeznaczonych do pielęgnacji Twoich soczewek kontaktowych.
- Jakakolwiek aktywna infekcja rogówki (bakteryjna, grzybicza, pierwotniakowa lub wirusowa).
- Jeśli Twoje oko jest zaczerwienione lub podrażnione.

## **Ostrzeżenia – co należy wiedzieć o użytkowaniu soczewek kontaktowych**

Przestrzeganie zaleceń specjalisty w zakresie prawidłowego użytkowania soczewek kontaktowych jest kluczowe dla utrzymania oczu w stanie pełnego zdrowia. Prosimy zapoznać się z zaleceniami i ostrzeżeniami dotyczącymi użytkowania soczewek kontaktowych<sup>1</sup>:

- Niewłaściwe stosowanie soczewek kontaktowych lub płynów przeznaczonych do ich pielęgnacji może prowadzić do poważnych chorób oczu. Użytkownik soczewek kontaktowych musi mieć świadomość, że prawidłowe stosowanie soczewek i produktów pielęgnacyjnych oraz pojemników na soczewki jest podstawą jego bezpieczeństwa i zdrowia.
- Powikłania oczne, w tym owrzodzenia rogówki, mogą szybko się rozwinąć i prowadzić nawet do utraty wzroku.
- Jak pokazują wyniki badań, użytkowanie soczewek w trybie przedłużonym wiąże się z większym ryzykiem rozwoju owrzodzenia rogówki niż w trybie dziennym.
- Przesypianie nocy w soczewkach przeznaczonych do noszenia w trybie dziennym (poza wskazania) znacząco zwiększa ryzyko rozwoju owrzodzenia rogówki w porównaniu z osobami, które nie śpią w swoich soczewkach.
- Ogólne ryzyko wystąpienia owrzodzenia rogówki można zmniejszyć przez skrupulatne przestrzeganie zasad pielęgnacji soczewek kontaktowych, w tym czyszczenie pojemnika na soczewki.

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

- Jak pokazują wyniki badań, ryzyko rozwoju owrzodzenia rogówki jest wyższe wśród użytkowników soczewek kontaktowych palących papierosy niż wśród niepalących.
- Jeśli wystąpi u Ciebie dyskomfort oczny, nadmierne łzawienie, zmiany widzenia, zaczerwienienie oka lub inne problemy, powinieneś bezzwłocznie wyjąć soczewkę z oka i szybko skontaktować się z Twoim specjalistą.
- Powinieneś chodzić na wizyty kontrolne do swojego specjalisty regularnie, zgodnie z zaleceniami.

## **Zdarzenia niepożądane**

Bądź świadomy, że podczas użytkowania soczewek kontaktowych mogą pojawić się następujące problemy:

- Możesz odczuwać pieczenie, szczypanie i/lub swędzenie oczu.
- Możesz odczuwać niższy komfort niż podczas noszenia soczewek po raz pierwszy.
- Możesz mieć uczucie ciała obcego w oku.
- Istnieje potencjalne ryzyko wystąpienia przejściowych powikłań w postaci obwodowych nacieków rogówkowych, obwodowych owrzodzeń rogówki oraz ubytków nabłonka rogówki. Istnieje również ryzyko wystąpienia innych zmian, takich jak miejscowy lub uogólniony obrzęk rogówki, unaczynienie rogówki, barwienie rogówki, nastrzyk, zaburzenia w obrębie spojówki tarczkowej, zapalenie tęczówki i spojówki. Niektóre z tych stanów o niewielkim nasileniu są akceptowane klinicznie.
- Może wystąpić nadmierne łzawienie, zmieniona wydzielina lub zaczerwienienie oczu.
- Jeśli nosisz swoje soczewki w trybie ciągłym lub zbyt długo w ciągu dnia, może wystąpić u Ciebie gorsze widzenie, zamglone widzenie, widoczne tęczowe koła lub efekt halo wokół obserwowanych przedmiotów, nadwrażliwość na światło (światłowstręt) lub suche oko.

## Bezpieczeństwo (samokontrola)

Co najmniej raz dziennie powinieneś/powinnaś przeprowadzić prosty test.

Zadaj sobie następujące pytania:

1. Jak się czuję w moich soczewkach?
2. Jak wyglądają moje oczy?
3. Czy nadal dobrze widzę?

Powinieneś/powinnaś natychmiast zdjąć soczewki, jeżeli stwierdzisz któryś z następujących objawów:

- Swędzenie, pieczenie lub szczypanie oczu.
- Uczucie ciała obcego w oku.
- Nadmierne łzawienie, wydzielinę, zaczerwienienie oka.
- Pogorszenie widzenia, koła tęcze lub efekt halo wokół obserwowanych przedmiotów. Suchość oczu może pojawiać się, jeśli soczewki kontaktowe noszone są zbyt długo lub w trybie ciągłym bez zdejmowania na noc.
- Pogorszenie tolerancji soczewek i spadek komfortu w porównaniu z okresem wcześniejszym.

Jeśli dyskomfort lub inne dolegliwości ustąpią po zdjęciu soczewki, należy sprawdzić, czy nie jest ona uszkodzona, zabrudzona lub czy nie ma na niej ciała obcego. W takim przypadku należy wyrzucić soczewkę i założyć świeżą.

Jeśli problem się utrzymuje, zdejmij soczewkę i niezwłocznie skonsultuj się ze swoim specjalistą.

Każdy z wymienionych objawów może wskazywać na poważny stan, taki jak infekcja, unaczynienie, owrzodzenie rogówki lub zapalenie tęczęwki. Wczesna diagnoza i szybkie leczenie są kluczowymi działaniami pozwalającymi uniknąć poważnego uszkodzenia oczu.

**PAMIĘTAJ – ODCZUWANE DOLEGLIWOŚCI SĄ SYGNAŁEM OSTRZEGAWCZYM. JEŚLI MASZ WĄTPLIWOŚCI, ZDEJMIJ SOCZEWKI.**

## Pielęgnacja

### Przygotowanie do założenia soczewki

Czystość jest pierwszym i najważniejszym aspektem prawidłowej pielęgnacji soczewek kontaktowych.


Pamiętaj o zasadach prawidłowej higieny podczas manipulacji soczewkami kontaktowymi.

- Zanim dotkniesz swoich soczewek, zawsze dokładnie umyj ręce łagodnym mydłem, spłucz je obficie wodą i wytrzyj ręcznikiem niepozostawiającym pyłków.
- Przed manipulacją soczewkami nie używaj tłustych kosmetyków, mydeł zawierających kremy nawilżające, balsamów ani kremów. Najlepiej założyć soczewki przed zrobieniem makijażu. Kosmetyki na bazie wody są bardziej neutralne dla soczewek niż kosmetyki na bazie tłuszczów.
- Zamykaj oczy, gdy rozpylasz lakier do włosów lub inne kosmetyki w aerozolu.
- Skonsultuj ze specjalistą możliwość noszenia soczewek w czasie uprawiania różnych dyscyplin sportowych, szczególnie pływania i innych sportów wodnych. Ekspozycja soczewek kontaktowych na działanie wody podczas pływania lub kąpieli w jacuzzi **może zwiększać ryzyko rozwoju infekcji oka na skutek inwazji mikroorganizmów.**
- Zawsze postępuj zgodnie z niniejszą instrukcją i zaleceniami specjalisty w zakresie prawidłowego zakładania, zdejmowania i pielęgnacji soczewek kontaktowych.
- Nigdy nie noś soczewek dłużej niż zalecany okres czasu.

## Opakowanie soczewek

Aby otworzyć opakowanie zbiorcze – kartonowe pudełko, należy poderwać klapkę umieszczoną na jego przedniej stronie.

Każda soczewka jest umieszczona w osobnym blisterze zapewniającym pełną sterylność. Wsuwając klapkę z powrotem, zamkniesz opakowanie zbiorcze.

**NIE UŻYWAJ** soczewki z uszkodzonego, otwartego wcześniej blistra lub po terminie przydatności do użytkowania .

Aby otworzyć blister, należy:

1. Oddzielić jeden blister z paska soczewek, uważając, aby nie uszkodzić pozostałych opakowań jednorazowych.
2. Wstrząsnąć blistrem, aby obecna w nim soczewka swobodnie pływała w płynie.
3. Oderwać folię zamykającą. Czasami zdarza się, że soczewka przykleja się do folii lub ściany plastikowego opakowania. Nie ma to wpływu na sterylność soczewki, która wciąż doskonale nadaje się do użycia.

Manipulacja soczewką opuszkami palców powinna być delikatna i ostrożna. Należy unikać kontaktu paznokci z soczewką, ponieważ może to prowadzić do jej uszkodzenia. Paznokcie każdego użytkownika soczewek kontaktowych powinny być krótkie i zaokrąglone.

Soczewkę należy ostrożnie wyjąć przesuwając ją po ściance blistra. Nigdy nie wolno używać pęsety i innych narzędzi do wyjęcia soczewki z blistra.

## Postępowanie się soczewkami

Aby uniknąć pomyłek, nabierz nawyku zakładania soczewki najpierw na prawe oko.

Przed założeniem obejrzyj soczewkę, upewnij się, że nie ma przedarcia ani wyszczerbień. Jeżeli soczewka wygląda na uszkodzoną, wyrzuć ją i użyj następnej.

Upewnij się, że soczewka nie jest wywinięta na drugą stronę.

Położ soczewkę na opuszcze palca wskazującego i określ jej profil. Soczewka powinna mieć naturalny, kulisty kształt podobny do miseczki. Jeśli krawędź soczewki wywija się na zewnątrz, oznacza to, że soczewka jest wywinięta na drugą stronę. Inną metodą oceny strony soczewki jest jej ściśnięcie pomiędzy kciukiem a palcem wskazującym. Krawędź soczewki powinna chować się do środka. Jeśli soczewka jest wywinięta na drugą stronę, jej krawędź będzie delikatnie wywijać się na zewnątrz.



✓ Prawidłowo



✗ Nieprawidłowo

### Lub

Umieść soczewkę na szczycie palca wskazującego i patrząc na soczewkę od dołu, spróbuj zlokalizować cyfry 123. Znacznik 1-2-3 określa prawidłową orientację soczewki, podczas gdy ich lustrzane odbicie wskazuje na wywinięcie soczewki na drugą stronę. Jeśli soczewka jest wywinięta, zmień jej stronę i ponownie oceń położenie znaczników, aby potwierdzić prawidłową orientację soczewki.

Aby sprawdzić, które produkty posiadają znacznik stron 123, patrz **Tabela 1**.

### Uwaga:

Jeśli istnieje konieczność przepłukania soczewki przed jej założeniem, należy użyć świeżej porcji sterylnego płynu rekomendowanego przez specjalistę.

**NIGDY NIE UŻYWAJ W TYM CELU WODY Z KRANU.**

## Zakładanie soczewek

1. Pamiętaj, aby zakładanie soczewek zaczynać zawsze od prawego oka. Upewnij się, że soczewka nie jest wywinięta na drugą stronę i umieść ją na opuszcze palca wskazującego.
2. Środkowym palcem tej samej dłoni odciągnij delikatnie w dół dolną powiekę.
3. Palcem wskazującym lub środkowym drugiej dłoni przesunij górną powiekę w górę i połóż soczewkę na oku.
4. Delikatnie puść obie powieki i mrugnij.
5. W ten sam sposób załóż soczewkę na lewe oko.

Istnieją również inne metody zakładania soczewek kontaktowych. Jeżeli metoda opisana powyżej wydaje Ci się zbyt trudna, specjalista może zaproponować inną.



## Centrowanie soczewki

Zwykle bezpośrednio po założeniu soczewka centruje się na oku. Zdarza się jednak, że soczewka ulega decentracji na twardówkę podczas jej noszenia. Taka sytuacja może pojawić się przy nieprawidłowym sposobie zakładania lub zdejmowania soczewek. Aby ustawić soczewkę w położeniu centralnym, należy zastosować jedną z poniższych metod:

- a. Zamknij oko i delikatnie masując prze zamkniętą powiekę, przesun soczewkę na właściwe miejsce.

Lub

- b. Delikatnie przesun soczewkę na właściwe miejsce, wywierając ucisk palcem na krawędź soczewki przez górną lub dolną powiekę otwartego oka.

### **Uwaga:**

Jeżeli po założeniu soczewki Twoje widzenie jest zamglone, sprawdź czy:

- Soczewka może nieprawidłowo centrować się na oku. W razie decentracji postępuj zgodnie z zaleceniami przedstawionymi powyżej.
- Jeśli soczewka znajduje się w prawidłowym położeniu, zdejmij ją i sprawdź, czy:
  - a. Powierzchnia soczewki nie jest zabrudzona resztkami kosmetyków lub tłuszczu. W razie zabrudzeń wyrzuć soczewkę i załóż nową.
  - b. Soczewka jest założona na właściwe oko.
  - c. Soczewka nie jest wywinięta na drugą stronę. Wywinięta soczewka jest znacznie mniej komfortowa w noszeniu.



## Postępowanie z przyklejoną (nieruchomą) soczewką

Jeśli soczewka przykleja się do powierzchni rogówki, specjalista może zalecić stosowanie kropli nawilżających. Krople nawilżą Twoje soczewki, sprawiając, że ich użytkowanie będzie bardziej komfortowe.

Wpuść kilka kropli preparatu nawilżającego do worka spojówkowego i poczekaj, aż soczewka zacznie swobodnie poruszać się na oku.



Jeśli takie postępowanie nie przynosi oczekiwanych rezultatów, **NATYCHMIAST** skonsultuj się ze swoim specjalistą.

## Postępowanie z odwodnioną (wysuszoną) soczewką

Każda soczewka kontaktowa z rodziny ACUVUE® zdjęta z oka i wystawiona na działanie powietrza w dłuższym okresie czasu staje się wysuszona i stopniowo coraz bardziej krucha. W takiej sytuacji należy wyrzucić wysuszoną soczewkę i użyć nowej.

## Zdejmowanie soczewek

Zawsze zdejmuj soczewki w tej samej kolejności.

Dokładnie umyj, opłucz i wysusz ręce, a następnie postępuj zgodnie z zasadami higieny opisanymi wcześniej w rozdziale „Pielęgnacja”.

### Uwaga:

Zanim przystąpisz do zdejmowania soczewek, upewnij się, że znajdują się one na środku na powierzchni oka.

Aby to określić, zasłoń drugie oko i sprawdź, czy widzisz wyraźnie. Zamglony obraz może świadczyć o przemieszczeniu soczewki na twardówkę (białą część oka) lub jej wypadnięciu poza powierzchnię oka. Aby zlokalizować soczewkę, oceń górną część oka, unosząc powiekę górną i patrząc w lusterko ku dołowi. Następnie oceń

dolną część oka, odciągając powiekę dolną. Gdy znajdziesz soczewkę, możesz ją zdjąć, stosując metodę szczyknięcia lub inną, zalecaną przez specjalistę.

### **Metoda szczyknięcia**

1. Spójrz w górę i przesun palcem wskazującym soczewkę ku dołowi.
2. Delikatnie chwyć soczewkę kciukiem i palcem wskazującym, a następnie zdejmij ją z powierzchni oka.



### **Podstawowe zasady pielęgnacji soczewek**

Aby bezpiecznie i komfortowo nosić swoje soczewki, konieczne jest skrupulatne przestrzeganie zaleceń specjalisty. Jeśli zdejmiesz swoje soczewki i zamierzasz ponownie z nich korzystać, dokładnie przeczytaj poniższe zalecenia dotyczące prawidłowego czyszczenia, spłukiwania, dezynfekcji i przechowywania soczewek.

Nieprawidłowa pielęgnacja soczewek może skutkować rozwojem poważnych powikłań okulistycznych opisanych w rozdziale pt. „**Ostrzeżenia - co należy wiedzieć o użytkowaniu soczewek kontaktowych**”.

Czyszczenie i spłukiwanie to podstawowe zabiegi pozwalające usunąć śluz, wydzielinę oraz osady gromadzące się na powierzchni soczewki podczas jej noszenia. Należy je przeprowadzać bezpośrednio po zdjęciu soczewki z oka i przed rozpoczęciem procesu dezynfekcji.

Szkodliwe mikroorganizmy można usunąć jedynie poprzez zabiegi czyszczenia, spłukiwania i dezynfekcji.

Skrupulatnie przestrzegaj zaleceń swojego specjalisty w zakresie stosowanego systemu pielęgnacyjnego (chemicznego, a nie termicznego) swoich soczewek kontaktowych.

Różne produkty nie zawsze mogą być razem używane i nie wszystkie systemy pielęgnacyjne są bezpieczne do stosowania ze wszystkimi soczewkami kontaktowymi. Nie zmieniaj i nie łącz systemów pielęgnacyjnych, jeżeli nie ma takich wskazań na ich opakowaniach.

Jeśli korzystasz z systemu zawierającego nadtlenek wodoru, potrzebujesz również odpowiedniego produktu do neutralizacji.

- Zawsze umyj, spłucz i wytrzyj do sucha ręce, zanim dotkniesz swoich soczewek.
- Korzystaj ze świeżych płynów pielęgnacyjnych o odpowiedniej dacie ważności.
- **NIGDY** nie zmieniaj swojego płynu pielęgnacyjnego bez konsultacji ze specjalistą.
- Systemy termalne wykorzystujące ciepło do dezynfekcji mogą uszkadzać Twoje soczewki.
- **NIGDY** nie przechowuj swoich soczewek w soli fizjologicznej. Sól fizjologiczna nie chroni przed skażeniem soczewek i może stać się przyczyną rozwoju infekcji oka.
- **NIGDY** nie korzystaj z płynów przeznaczonych do pielęgnacji sztywnych gazoprzepuszczalnych soczewek kontaktowych (RGP).
- W związku z faktem, że pewne materiały soczewek zawierają silikon (tabela 1), niektóre płyny pielęgnacyjne mogą zmienić zwilżalność soczewek. Twój specjalista powinien polecić odpowiedni płyn do pielęgnacji soczewek kontaktowych z rodziny ACUVUE®.
- Jeśli korzystasz ze sterylnych płynów bez konserwantów, należy pamiętać o ich wyrzuceniu po upływie czasu określonego w instrukcji.
- **NIGDY** nie wkładaj soczewek do ust ani nie korzystaj z innych niż zalecone przez specjalistę preparatów do nawilżenia swoich soczewek.
- **NIGDY** nie spłukuj soczewek w wodzie z kranu, ponieważ zawiera ona wiele zanieczyszczeń mogących uszkodzić lub zainfekować soczewki, doprowadzając do rozwoju infekcji lub urazu oka.

- Zawsze zaczynaj czyszczenie od prawej soczewki, unikając tym samym pomyłek.
- Umieść każdą z soczewek w odpowiedniej komorze pojemnika i upewnij się, że są one całkowicie zanurzone w płynie przed zamknięciem pojemnika. Jeśli soczewki nie są wyjmowane z pojemnika przez dłuższy okres czasu, mogą one wyschnąć i stać się kruche. Jeśli nastąpi taka sytuacja, soczewki należy wyrzucić.
- **NIGDY** nie wykorzystuj ponownie tej samej porcji płynu obecnego w pojemniku.
- Skonsultuj się ze swoim specjalistą, jeśli zamierzasz przechowywać swoje soczewki przez dłuższy okres czasu.
- Soczewki przeznaczone do użytkowania w schemacie systematycznej wymiany powinny zostać wyrzucone po upływie okresu czasu zaleconego przez Twojego specjalistę.

### Czyszczenie pojemnika na soczewki

W związku z faktem, że pojemnik na soczewki może być źródłem bakterii, po każdym wyjęciu soczewek pojemnik należy opróżnić z płynu, wyczyścić i spłukać świeżą porcją zaleconego przez specjalistę płynu, a następnie pozostawić do wyschnięcia. Stare pojemniki należy regularnie wyrzucać i wymieniać na nowe zgodnie z zaleceniami producenta lub Twojego specjalisty.

**NIGDY NIE STOSUJ WODY Z KRANU DO MYCIA I PŁUKANIA POJEMNIKA NA SOCZEWKI.**

### Postępowanie w przypadku braku zapasu soczewek

Jest rzeczą niezwykle ważną, aby posiadać zawsze odpowiedni zapas soczewek kontaktowych.

Aby uniknąć niespodziewanego braku zapasu soczewek, należy je wcześniej zamówić i odebrać od swojego specjalisty.

Jeśli z jakiegokolwiek powodu zabrakło Ci nowej pary soczewek, powinienesz/powinnaś czasowo skorzystać z korekcji okularowej.

Mimo iż soczewki kontaktowe z rodziny ACUVUE® są preferowaną przez Ciebie metodą korekcji wady wzroku, każdy użytkownik soczewek kontaktowych powinien posiadać okulary o odpowiedniej mocy.

## Zalecenia dotyczące monowizji

Jeśli Twój specjalista zaleci korekcję wady wzroku metodą monowizji, należy zwrócić uwagę na poniższe aspekty:

Podobnie jak w przypadku innych metod korekcji wzroku, monowizja może wymagać pewnego kompromisu związanego z jakością widzenia.

W niektórych przypadkach monowizja może spowodować spadek ostrości wzroku oraz gorszą percepcję głębi do dali i bliży. Część pacjentów odczuwa trudności w okresie adaptacji.

Objawy adaptacyjne w postaci nieznacznego zamglenia obrazu lub zmiennego widzenia mogą trwać krótką chwilę lub utrzymywać się kilka tygodni, zanim Twoje oczy przystosują się do nowej sytuacji. Im dłużej trwają te objawy, tym mniejsza szansa na udaną adaptację.

W okresie adaptacyjnym zaleca się, aby nosić soczewki tylko w znanym otoczeniu, gdy wymagania wzrokowe nie są zbyt wysokie. Na przykład do chwili zakończenia okresu adaptacyjnego nie zaleca się prowadzenia samochodu.

Niektórzy pacjenci mogą potrzebować dodatkowej korekcji okularowej stosowanej razem z soczewkami kontaktowymi, aby uzyskać możliwie najlepsze widzenie podczas wykonywania szczególnie wymagających zadań wzrokowych.

- Część pacjentów nigdy nie będzie w pełni zadowolona z osiągniętej jakości widzenia w gorszych warunkach oświetlenia, np. podczas prowadzenia samochodu nocą. Gdy konieczne jest lepsze widzenie do dali, można zastosować korekcję wady wzroku do dali dodatkową parą soczewek.
- Decyzja o zastosowaniu monowizji zawsze powinna być podjęta po dokładnej konsultacji ze specjalistą.
- Bardzo ważne jest skrupulatne przestrzeganie wskazówek specjalisty ułatwiających adaptację do monowizji. Przedyskutuj z nim wszelkie wątpliwości oraz omów problemy, jakie mogą pojawić się podczas okresu adaptacyjnego lub po nim.

## Inne ważne informacje

### Środki ostrożności

- Przed opuszczeniem gabinetu upewnij się, że potrafisz zdjąć swoje soczewki.
- **NIE** dotykaj swoich soczewek palcami ani dłońmi, jeśli nie są one idealnie czyste, ponieważ niewielkie zadrapania na soczewce mogą powodować zamglone widzenie i/lub uszkodzenia w obrębie oka.
- Zawsze staraj się ostrożnie manipulować soczewkami i unikać możliwości ich upuszczenia.
- Zdejmij natychmiast soczewki, gdy Twoje oczy są czerwone lub podrażnione.
- Zawsze informuj lekarza, że nosisz soczewki kontaktowe.
- Zawsze skonsultuj się ze specjalistą przed zastosowaniem jakichkolwiek kropli do oczu.
- Niektóre leki, np. antyhistaminowe, leki obkurczające naczynia krwionośne błony śluzowej, leki moczopędne, leki obniżające napięcie mięśniowe, uspokajające i zapobiegające chorobie lokomocyjnej mogą powodować suchość oczu, uczucie ciała obcego lub zamglone widzenie. W przypadku wystąpienia takich dolegliwości należy skonsultować się ze specjalistą.
- Jeśli jakkolwiek związek chemiczny dostanie się do Twojego oka: **NATYCHMIAST OBFICIE PRZEMYJ OCZY BIEŻĄCĄ WODĄ I BEZZWŁOCZNIE SKONTAKTUJ SIĘ ZE SWOIM SPECJALISTĄ LUB UDAJ SIĘ DO SZPITALA NA OSTRY DYŻUR.**
- U kobiet przyjmujących doustne środki antykoncepcyjne podczas noszenia soczewek kontaktowych mogą wystąpić zaburzenia widzenia lub gorsza tolerancja soczewek. Specjalista poradzi, jak rozwiązać ten problem.

- Tak jak w przypadku wszystkich użytkowników soczewek kontaktowych, regularne wizyty kontrolne są niezbędnym warunkiem utrzymania zdrowia oczu.
- Nigdy nie pozwalaj nikomu innemu nosić Twoich soczewek. Soczewki zostały przepisane Tobie w celu poprawy Twojego widzenia. Dzielenie się soczewkami znacząco zwiększa ryzyko rozwoju infekcji oczu.
- Dla zdrowego i komfortowego korzystania z soczewek należy pamiętać, że soczewki kontaktowe z rodziny ACUVUE® powinny być aplikowane jedynie przez specjalistę i użytkowane zgodnie z jego zaleceniami. Niniejsza instrukcja ma służyć jako przypomnienie tych zaleceń.
- Specjalista powinien być w pełni poinformowany o historii Twoich chorób, dzięki czemu ma możliwość wyboru soczewek i systemu pielęgnacji odpowiadającego Twoim określonym potrzebom.
- Jeśli minął czas wymiany soczewek zalecony przez Twojego specjalistę, soczewki kontaktowe z rodziny ACUVUE® należy wyrzucić i założyć nową, sterylną parę.
- Skonsultuj ze specjalistą możliwość noszenia soczewek w czasie uprawiania różnych dyscyplin sportowych, szczególnie pływania i innych sportów wodnych. Ekspozycja soczewek kontaktowych na działanie wody podczas pływania lub kąpieli w jacuzzi **może zwiększać ryzyko infekcji oka** na skutek inwazji mikroorganizmów.
- Unikaj wszelkich szkodliwych lub drażniących dymów i oparów podczas noszenia soczewek.
- Zawsze informuj swego pracodawcę, że nosisz soczewki kontaktowe. Niektóre prace wymagają używania dodatkowej ochrony oczu, a nawet mogą wymagać zaprzestania noszenia soczewek.
- Jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości, zawsze pytaj swojego specjalistę.

## Podsumowanie

W przypadku użytkowania każdego typu soczewek kontaktowych należy przestrzegać podstawowych zasad ochrony i poprawy widzenia:

- Zawsze przestrzegaj instrukcji bezpiecznego noszenia soczewek. Regularne wizyty kontrolne są bardzo ważne dla utrzymania wysokiej jakości widzenia w soczewkach i zdrowia oczu.
- Wysokie standardy higieny są niezbędne dla bezpiecznego noszenia soczewek kontaktowych.
- **NIGDY** nie noś swoich soczewek kontaktowych dłużej niż zalecany okres czasu.
- **CZYSZCZENIE, SPŁUKIWANIE I DEZYNFEKCJA** są **KONIECZNYMI** zabiegami do przeprowadzenia po zdjęciu i przed ponownym założeniem soczewki na oko.
- **NIGDY** nie wykorzystuj ponownie tej samej porcji płynu obecnej w pojemniku. Zawsze używaj świeżej porcji płynu do przechowywania w pojemniku soczewek zdjętych z oczu.
- Jeśli wystąpią dolegliwości, takie jak zaczerwienienie/podrażnienie oka, zamglone widzenie, **NATYCHMIAST** zdejmij soczewki i skontaktuj się ze specjalistą.
- Zawsze noś przy sobie okulary, abyś nigdy nie był/-a zmuszony/-a nosić soczewki, gdy nie powinieneś/powinnaś tego robić. Nawet jeśli soczewki kontaktowe są podstawową, preferowaną przez Ciebie metodą korekcji wady wzroku, okulary stanowią jej niezbędne uzupełnienie.

Będąc użytkownikiem soczewek kontaktowych marki ACUVUE®, w krótkim czasie przekonasz się o ich zaletach w porównaniu z okularami i innymi rodzajami soczewek kontaktowych.

W celu osiągnięcia maksymalnych korzyści i satysfakcji podczas użytkowania soczewek kontaktowych niezwykle istotne jest zrozumienie, jak ważne jest przestrzeganie zaleceń i zasad zawartych w niniejszej Instrukcji.

Nosząc soczewki kontaktowe, postępuj zawsze zgodnie z zaleceniami specjalisty i informacjami zawartymi w tej instrukcji.



## Zgłaszanie zdarzeń niepożądanych

Wszystkie niepożądane i niepokojące zdarzenia pojawiające się podczas użytkowania soczewek kontaktowych marki ACUVUE® powinieneś zgłosić Twojemu specjalście.

## Twoje soczewki kontaktowe

Soczewki kontaktowe marki ACUVUE®

Nazwa soczewki

### **Prawa soczewka:**

Moc i krzywizna bazowa

### **Lewa soczewka:**

Moc i krzywizna bazowa

**TWOJE SOCZEWKI POWINNY BYĆ WYMIENIANE NA NOWĄ PARĘ ZGODNIE Z ZALECENIAMI TWOJEGO SPECJALISTY.**

**Pielęgnacja:**

W przypadku jakichkolwiek pytań lub wątpliwości skontaktuj się ze swoim specjalistą.

**Adres i numer telefonu Twojego specjalisty:**

Regularne wizyty kontrolne u specjalisty są bardzo ważne dla zachowania zdrowia oczu.

Wizyty kontrolne:

1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>
4	<input type="text"/>	5	<input type="text"/>	6	<input type="text"/>



## Wyprodukowane przez:

Proszę sprawdzić miejsce produkcji na opakowaniu kartonowym.



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

## EU Autoryzowane przedstawicielstwo

Johnson & Johnson Medical Ltd  
Pinewood Campus  
Nine Mile Ride  
Wokingham  
RG40 3EW  
United Kingdom

## Dystrybutor

Johnson & Johnson Poland Sp. z o.o.  
ul. Łżecka 24  
02-135 Warszawa

[www.acuvue.pl](http://www.acuvue.pl)



P I G 0 0 0 2 0 2

Tryb dzienny i tryb przedłużony

PIG (Polish)

©Johnson & Johnson Poland Sp. z o.o. 2015

ACUVUE® OASYS®, ACUVUE® ADVANCE®, ACUVUE® BIFOCAL, ACUVUE® 2®,  
HYDRACLEAR® i SEE WHAT COULD BE® są znakami zastrzeżonymi  
na rzecz spółek z grupy Johnson & Johnson.