



In ottemperanza al D.M. del 3 Febbraio 2003 (GU n.64 del 18/03/2003)

L'applicazione e l'uso delle lenti a contatto possono essere eseguite solo quando le condizioni anatomico-funzionali dell'occhio del paziente lo consentono. Esistono infatti alcuni fattori di rischio, rilevabili dallo specialista, che possono risultare responsabili di complicanze o dell'insorgenza di fenomeni di intolleranza.

Il medico specialista e l'ottico applicatore della lente sono consapevoli di tali problematiche e solo dopo un accurato esame del soggetto possono consigliare o meno l'uso delle lenti a contatto.

Per utilizzare le lenti a contatto in sicurezza e' necessario seguire attentamente le istruzioni d'uso per una corretta applicazione, rimozione, pulizia e manutenzione.

Al fine di evitare danni agli occhi e' importante verificare l'assenza di controindicazioni dal medico oculista e sottoporsi a controlli periodici.

Utilizzare lenti a contatto sterili e non oltre il periodo raccomandato.

Al termine del periodo di utilizzo raccomandato nella confezione (giornaliero, bisettimanale, mensile, ecc.) le lenti dovranno essere sostituite con un nuovo paio.

E' necessario rimuovere le lenti e consultare il medico in caso di arrossamenti, bruciori, sensazione di corpo estraneo o eccessiva lacrimazione, vista offuscata o altri disturbi della vista.

I farmaci diuretici, antistaminici, decongestionanti, tranquillanti possono provocare secchezza dell'occhio, in tal caso e' necessario consultare il medico oculista.

Se una sostanza chimica viene a contatto con gli occhi sciacquare immediatamente e recarsi subito dal medico. Evitare l'esposizione a vapori nocivi o lacche per capelli. Utilizzare sempre soluzioni per lenti a contatto non scadute ogni volta che si ripongono le lenti e non usare mai acqua corrente per sciacquarle.

Non mettere mai le lenti in bocca per umidificarle. Consultare il medico per le modalita' di utilizzo durante le attivita' sportive. Evitare l'uso di lenti a contatto in occasione di bagni al mare, in piscina e di docce nei luoghi pubblici. Evitare l'uso di saponi contenenti creme, lozioni od oli cosmetici prima di utilizzare le lenti. L'inosservanza delle norme per la corretta utilizzazione delle lenti a contatto puo' provocare gravi danni all'occhio.

Raramente possono verificarsi ulcere corneali responsabili di menomazioni visive.

Il rischio di contrarre la cheratite ulcerosa aumenta in caso di inosservanza delle norme di igiene e di uso e in caso di utilizzo delle lenti per un tempo piu' prolungato rispetto a quello raccomandato.

Il rischio di cheratite ulcerosa aumenta notevolmente nei fumatori.

Le lenti a contatto con protezione UV non sostituiscono gli occhiali da sole perche' non ricoprono totalmente l'intero segmento anteriore. Pertanto, i portatori di lenti a contatto devono continuare a portare gli occhiali da sole in caso di esposizione ai raggi UV.

Lenti a contatto rigide (PMMA) e rigide gas-permeabili (RGP)

Poichè sono a contatto con gli occhi, le mani e tutto ciò che tocca le lenti a contatto devono essere sempre pulite.

Lavate ed asciugate con cura sempre le mani prima di iniziare a maneggiare le lenti a contatto.

Le lenti a contatto rigide e rigide gas-permeabili sono facili da danneggiare se non accuratamente maneggiate. E' importante mantenere regolata la lunghezza delle unghie.

Come indossarle

Dopo aver lavato accuratamente le mani (detersione con sapone, risciacquo ed asciugatura completa):

- posizionare la lente sulla punta del dito indice della mano utilizzata abitualmente (si consiglia mano destra per occhio destro e mano sinistra per occhio sinistro). Per rendere più confortevole l'inserimento si possono versare una o due gocce di soluzione umettante sulla lente, nella parte concava;
- con il dito medio della stessa mano abbassare la palpebra inferiore a livello dell'attaccatura delle ciglia;
- alzare la palpebra superiore con l'indice o il medio dell'altra mano (sempre all'altezza dell'attaccatura delle ciglia);
- utilizzando uno specchio (meglio se dotato di ingrandimento) appoggiare delicatamente la lente al centro della cornea, che corrisponde alla parte colorata dell'occhio, mantenendo lo sguardo fisso davanti a sé;
- lasciare lentamente le palpebre;
- chiudere l'altro occhio per verificare che la visione sia nitida (ciò significa che la lente è ben posizionata);
- ripetere la procedura per l'altro occhio.

Potrebbe accadere, soprattutto all'inizio, di inserire le lenti al di fuori della cornea, sulla sclera, in tal caso:

- non agitarsi: anche se non si vede, la lente rimane sull'occhio oppure fuoriesce, non “entra” all'interno dell'occhio né tantomeno può intrufolarsi altrove!
- individuare la lente, sollevando anche le palpebre (può succedere che si nasconda negli angoli);
- se visibile utilizzare la ventosina (che deve essere adeguatamente detersa, risciacquata ed asciugata), esercitando una leggera pressione sulla lente e tirando verso l'esterno;
- se la lente è “nascosta”, con estrema delicatezza spostarla con piccoli movimenti a palpebre chiuse fino al riposizionamento corretto.

Rimuovere immediatamente la lente e sciacquare l'occhio con soluzione salina in caso di bruciore intenso (la lente potrebbe essere stata sciacquata male).

Come rimuoverle:

Lavate ed asciugate sempre le mani prima di rimuovere le lenti a contatto.

- aprire il contenitore delle lenti (che deve essere adeguatamente deterso, risciacquato ed asciugato almeno una volta alla settimana) riempirlo con la soluzione adatta ed appoggiarlo su una superficie piana e pulita;
- iniziare sempre dallo stesso occhio svitando solo il tappo del contenitore corrispondente per evitare di invertire le lenti;

Metodo 1:

- chinare il capo posizionandosi parallelamente alla superficie di appoggio;
- spalancare bene l'occhio mantenendo fisso lo sguardo davanti a sé;
- verificare che la lente sia libera dalle palpebre;
- porre l'indice sull'angolo esterno dell'occhio e tirare verso l'esterno in direzione dell'orecchio;
- socchiudere delicatamente ma con rapidità;
- la lente esce dall'occhio (abituarsi ad accogliere la lente sulla mano per evitare che cada inavvertitamente per terra);
- se la lente non fuoriesce, ricentrarla delicatamente e ripetere l'operazione;

Metodo 2:

- davanti allo specchio verificare innanzitutto che la lente sia presente al centro della cornea;
- abbassare la palpebra inferiore mantenendo lo sguardo fisso davanti a sé ed appoggiare delicatamente la ventosina sulla lente a contatto esercitando una lieve pressione per rimuoverla;
- ruotare delicatamente la lente per staccarla dalla ventosina;
- riporre la lente nel contenitore solo dopo aver effettuato la pulizia quotidiana;
- chiudere il tappo del contenitore;
- procedere con l'altro occhio.

Pulizia e manutenzione

La pulizia quotidiana è un gesto semplice che garantisce una visione chiara e confortevole oltre alla rimozione di depositi, microbi e batteri.

Il sistema di pulizia e manutenzione più adatto alle vostre lenti a contatto ed al vostro stile di vita vi sarà consigliato dallo specialista.

La mancata pulizia delle lenti può comportare una visione meno nitida, un porto meno confortevole e può essere la causa di infezioni oculari.

Utilizzare sempre i prodotti raccomandati dallo specialista; prodotti simili potrebbero non essere interscambiabili e danneggiare lenti ed occhi anche seriamente.

Evitare di utilizzare contenitori provenienti da prodotti diversi da quelli in uso; potrebbero essere dannosi e/o inefficaci.

Così come è necessaria la pulizia quotidiana delle lenti a contatto, anche ventosina e contenitore devono essere correttamente puliti e conservati.

La ventosina va riposta nell'apposito contenitore e periodicamente, almeno una volta alla settimana, vanno entrambi detersi, risciacquati ed asciugati con i prodotti consigliati dallo specialista.

Identico discorso vale per il contenitore che andrà sostituito almeno una volta al mese.