

## Üretici:

Üretim yeri için karton kutunun üzerine bakınız.

**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

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

[www.acuvue.com.tr](http://www.acuvue.com.tr)



P I G O O 0 1 3 1  
Günlük Kullanım - Günlük Kullan-at  
PIG (Türkçe)  
PIG000131

©Johnson & Johnson Sıhhi Malzeme San.ve Tic. Ltd.Şti. 2013.

ACUVUE®, 1-DAY ACUVUE® MOIST®, 1-DAY ACUVUE® TruEye® and SEE WHAT COULD BE®  
Johnson & Johnson Sıhhi Malzeme San.ve Tic.Ltd.Şti.'nin ticari markalarıdır.

Düzenleme Tarihi: Eylül 2013.

24

## Giriş

Dünya'nın önde gelen kontakt lens üreticilerinden biri olan Johnson & Johnson Vision Care'in ürünü ACUVUE® marka kontakt lensleri seçerek, konfor ve uyumu hissedene dünyadaki binlerce kişiye katıldığınız için sizi kutlarız.

ACUVUE® Marka Kontakt Lensler yumuşak, ince ve esnekler. Böylelikle ilk kullanmaya başladığınız andan itibaren rahatlığı sağlar ve gözlerinize oksijen geçişine imkan vererek canlı ve sağlıklı kalmalarına yardımcı olurlar. Ayrıca, UV bloke edici özellikleriyle gözünüzü UV ışınlarının zararlı etkilerine karşı korunmasına da yardımcı olurlar.

Üretim teknolojisinde yeni bir çığır açarak, ACUVUE® Marka Kontakt Lenslerin kalitesinde bir lensin, her gün değiştirilebilecek kadar uygun bir maliyetle üretilebilmesini sağlamıştır.

Diğer tüm kontakt lensler gibi, ACUVUE® Marka Kontakt Lensler de tıbbi cihazlardır. Sağlığınızın ve görmenizin uzun süreli olarak korunabilmesi için gözlerinizin düzenli olarak Göz Hastalıkları Uzmanının tarafından kontrol edilmesi gerekmektedir. Günlük kullan-at lensler kullanıldığında, temizleme ve dezenfeksiyon solüsyonlarının kullanılmasına gerek kalmaz.

Her sabah yeni bir çift lens takın ve akşam da çıkarıp atın.

5

• Gözlerinizde rahatsızlık, aşırı göz yaşarması, görmenizde değişiklikler, gözlerinizde kızarıklık veya diğer sorunlar yaşarsanız, kontakt lenslerinizi hemen çıkartınız ve acilen Göz Hastalıkları Uzmanınız ile iletişime kurunuz.

• Talimatlarda belirtildiği üzere, düzenli olarak Göz Hastalıkları Uzmanınıza kontrole gitmeniz önerilir.

## İstenmeyen Olaylar

Kontakt lens kullanırken aşağıdaki durumlarla karşılaşabilirsiniz:

- Gözleriniz yanabilir, batma ve/veya kaşıntı olabilir.
- Lenslerinizi gözünüzde ilk taktığınız zamana göre, rahatlık hissinizde bir azalma olabilir.
- Gözünüzde bir şey varmış gibi hissedebilirsiniz.
- Periferik infiltrat, periferik kornea ülserleri ve kornea yıpranması nedeniyle bazı geçici bozukluklar görülebilir. Lokal veya genel ödem, kornea neovaskülarizasyonu, kornea lekelenmesi, enjeksiyon, tarsal anormallikler, iritis ve konjunktivit gibi, (ki bunların bazıları düşük düzeylerdeyken, klinik olarak kabul edilebilirler) diğer bazı fizyolojik anormallikler de görülebilir.
- Aşırı sulanma, olağan dışı gözyaşı salgılanması veya göz kızarıklığı oluşabilir.
- Lenslerinizi sürekli olarak veya çok uzun bir süre takmanız durumunda görüş keskinliğinde bozulma; bulanık görme; nesnelere etrafında ışık halkası veya gökkuşuğu benzeri görüntüler görme veya göz kuruluğu oluşabilir.

9

Bu hasta kullanım kılavuzu, aşağıda **Tablo 1**'de listelenmiş olan ACUVUE® marka kontakt lensler için hazırlanmıştır ve aksi belirtilmedikçe uyulmalıdır.

Tablo 1	Amaçlanan Kullanım ve Kullanım Programı			
Lens türü ve Marka adı	Günlük Kullanım - Günlük Kullan-at	R-45 geçişliği	Ambalajı Solüsyonu	
Daily Disposable ACUVUE® marka sferik kontakt lensler - UV Blokajlı Görünürlük Rengi				
1-DAY ACUVUE® MOIST® Marka Kontakt Lensler	●		1	
1-DAY ACUVUE® TruEye® Marka Kontakt Lensler	●		2	3

## Ambalaj solüsyonu

- 1 Povidonlu tamponlanmış salin.
- 2 Metil eter solüzlü tamponlanmış salin.

## Malzeme İçeriği

3 Lens malzemesi silikon içerir ve UVA'nın (316-380 nm) %10'dan daha azını ve UVB'nin (280-315 nm) %1'den daha azını lensten geçebilmesine izin vererek 1. Sınıf UV emici standardını sağlar. Tüm diğer ACUVUE® ürünleri 2. Sınıf UV emilimini UVB radyasyonunu %5 den daha az, UVA'yı %50 daha az oranda geçirirliği ile sağlar.

2

## KULLANIM AMACI

**Günlük kullan-at ACUVUE® Marka Sferik Kontakt Lens** ürünleri gözlerinde hastalık bulunmayan ve 1.00D veya altında astigmatizması bulunan kişilerde refraktif kusurların, miyopinin (uzacı görme) ve hipermetropinin (yakını görme) optik olarak düzeltilmesine yöneliktir.

Günlük Kullan-at ACUVUE® Marka Kontakt Lensler ürünleri, zararlı UV radyasyonun korneaya ve gözün içine geçmesini önlemeye yardımcı olmak için UV-Blokajlı (Koruması) içerir.

**UYARI:** UV emici kontakt lensler, gözü ve çevresindeki alanın tamamını **KAPATMADIKLARI** için UV emici kenarlı gözlükler veya güneş gözlükleri gibi koruyucu UV emici gözlüklerin yerine kullanılamazlar. UV emici gözlükleri talimatlarında belirtildiği gibi kullanmaya devam etmelisiniz.

## Not:

Uzun süre UV radyasyonuna maruz kalmak katarakt ile ilişkili risk faktörlerinden birisidir. Maruziyet, çevresel koşullar (rakım, coğrafya, bulut örtüsü) ve kişisel faktörler (dış mekanda yapılan etkinliklerin süresi ve yapısı) gibi bir dizi faktöre bağlıdır. UV bloke edici kontakt lensler zararlı UV ışınlarına karşı korunmaya yardımcı olurlar. Ancak, UV bloke edici kontakt lens takmanın katarakt ve diğer göz hastalıklarının gelişmesi riskini azalttığına gösteren klinik çalışmalar yapılmamıştır. Daha fazla bilgi için Göz Hastalıkları Uzmanınıza danışınız.

## Güvenlik Kontrolü

Her gün en az bir kez, basit bir kontrol için, kendinize şunları.

- Sormanız gerekir:
1. Gözümdeki lensleri nasıl hissediyorum?
  2. Gözlerim nasıl görünüyor?
  3. Görüşümde bir değişiklik hissettim mi?

Aşağıdaki sorunlardan herhangi birisi var ise hemen lenslerinizi çıkartınız:

- Gözünüzde kaşıntı yanma veya batma.
  - Gözünüzde bir şey varmış hissi.
  - Aşırı sulanma, olağan dışı gözyaşı salgılanması veya göz kızarıklığı.
  - Bulanık görme; nesnelere etrafında ışık halkası veya gökkuşuğu benzeri görüntüler görme. Lenslerinizi sürekli olarak veya çok uzun bir süre takmanız durumunda göz kuruluğu oluşabilir.
  - Lenslerinizi gözünüzde ilk taktığınız zamana göre, rahatlık hissinizde bir azalma.
- Lenslerinizi çıkarttığınızda rahatsızlık veya sorun kayboluyorsa, lensinizde hasar, kirlilik veya yabancı madde olup olmadığını dikkatlice inceleyiniz. Lensinizi atın ve yeni bir tane takın.

Sorun devam ediyorsa, yeni lensinizi de çıkarın ve hemen Göz Hastalıkları Uzmanınıza başvurun.

Yukarıdaki semptomların herhangi birisi, enfeksiyon, kornea ülseri, neovaskülarizasyon veya iritis gibi ciddi durumların bir belirtisi olabilir. Gözünüzde ciddi bir hasar oluşmaması için, bu durumlara hemen tanı konması ve tedavi edilmeleri gerekir.

**UNUTMAYIN - SEMPTOMLAR UYARICI İŞARETLERDİR KUŞKULANIYORSANIZ ÇIKARTIN.**

10

## Aşağıdaki semboller, ACUVUE® Marka Kontakt Lensler ürünlerinin etiket veya kutusunda bulunabilir.

Sembol	Açıklama
	Talimat Prospektüsüne Bakın
	Kullanım süresi (Son Kullanma Tarihi)
	Parti Kodu
	Buhar veya Kuru İzi Kullanılarak Sterilize Edilmiştir
	Çap
	Temel eğri
	Diyoptri (lens gücü)
	UV-koruması içerir
	Kalite Sistemi Onay Sembölü
	Arka Folyoyu Soyun
	Atık Yönetimi İçin Harç Ödenmiş
	DİKKAT: ABD Federal kanunları bu cihazın satısını yetkili bir doktor tarafından veya yetkili bir doktorun izniyle yapılacak şekilde sınırlanmıştır
	Üretici (üretim yeri)
	Kağıt kutular ve paketieme malzemeleri için "tanımlayıcı işareti"
	Kompozit malzemeler için "tanımlayıcı işareti"
Markaların listesi için Tablo 1'e bakınız	
	Lens Doğru Konumda
	Lens Doğru Konumda Değil (ters konumda)
1-DAY ACUVUE® TruEye® Marka Kontakt Lensler	
	Tekrar Kullanmayın (Tek kullanımlık)

3

## Kullanım Programı

Göz Hastalıkları Uzmanınızın, öykünüze ve göz muayeneye göre sizin için en uygun kullanma programını belirleyecektir.

## Günlük Kullanım - Günlük Kullan-at

Tüm günlük kullan-at ACUVUE® Marka Kontakt Lensler ürünleri günlük (24 saatten az ve uyanıkken) kullanılmak üzere reçete edilirler, günde bir kez takılacak şekilde tasarlanmıştır ve çıkarıldıktan sonra atılmalıdır.

1-DAY ACUVUE® TruEye® Marka Kontakt Lensler ürünleri kontakt lens temizleme veya dezenfeksiyon sistemleri ile birlikte kullanılmak üzere geliştirilmemiştir. Lensler kullanıldıktan sonra atılmalıdır. Her bir kullanım süresine yeni bir lens ile başlanmalıdır.

## Kontrendikasyonları

ACUVUE® Marka Günlük Kullan-At Kontakt Lens ürünlerini aşağıdaki durumlardan herhangi biri mevcutsa **KULLANMAYINIZ:**

- Gözlerin içinin veya çevresinin ya da göz kapaklarının enfeksiyon veya enfeksiyonu.
- Kornea, konjunktiva veya göz kapaklarını etkileyen herhangi bir göz hastalığı, yaralanma veya anormallik.
- Kontakt lens kullanımında rahatsızlığa neden olabilecek daha önceden tanı konmuş herhangi bir durum.
- Şiddetli göz kuruluğu.
- Kornea duyarlılığında azalma (korneal hipoestezi).
- Kontakt lens takmanın kötüleşebileceği veya gözü etkileyebileceği herhangi bir sistemik hastalık.
- Kontakt lens takma veya kontakt lens solüsyonu kullanma nedeniyle ortaya çıkan veya şiddetlenebilen oküler yüzey veya çevre dokulara ait alerjik reaksiyonlar.

7

## Önce Temizlik

### Lenslerin kullanıma hazırlanması

Doğru bir lens bakımının ilk ve en önemli koşulu temizliktir.

Lenslerinize dokunmadan önce, iyi bir temizlik alışkanlığına sahip olun.

- Lenslerinize dokunmadan önce ellerinizi yumuşak bir sabun ile yıkayın, iyice durulayın ve tıy bırakmayan bir havluyla kurulayın.
- Lenslerinize elinize almadan önce yağlı kozmetikler, kuru kremler, losyonlar veya kremler kullanmayın. Su bazlı kozmetik ürünler, yağ bazlı olanlara göre lenslerinize daha az zarar verirler.
- Saç spreyi veya diğer aerosoller kullanırken gözlerinizi kapatın.
- Özellikle yüzme ve diğer su sporları gibi spor aktiviteleri esnasında kontakt lens kullanımıyla ilgili olarak bir uzman görüşü alın. Yüzme esnasında veya sıcak suyla banyo yaparken kontakt lenslerin suya maruz kalması durumunda mikroorganizmalardan kaynaklanan **göz enfeksiyonu riski artabilir.**
- Lenslerinizin doğru bir şekilde elinize alınması, takılması, çıkartılması ve kullanımı konusunda bu kitapçıkta talimatlara ve Göz Hastalıkları Uzmanınızın önerilerine daima uyunuz.
- Asla lenslerinizi önerilenden daha uzun süreli olarak kullanmayın.

11

## İçerik

Giriş.....	5
Kullanım Amacı.....	6
Kullanım Programı.....	7
Kontrendikasyonları.....	7
Uyarılar - Kontakt lens kullanımı ile ilgili bilmeniz gerekenler.....	8
İstenmeyen Olaylar.....	9
Güvenlik Kontrolü.....	10
Önce Temizlik.....	11
Lens ambalajı.....	12
Lenslerin takılması.....	13
Lensin göze yerleştirilmesi.....	14
Lensin merkezlenmesi.....	15
Yapışın (hareket etmeyen) lensler için yapılması gerekenler.....	16
Kuruyan (dehidrate olan) lensler için yapılması gerekenler.....	16
Lenslerin çıkarılması.....	16
Yedek lensiniz kalmadığında.....	17
Monovizyon için talimatlar.....	18
Diğer Önemli Bilgiler.....	19
Kısa Özet.....	21
İstenmeyen olayların bildirimini.....	22
Reçeteniz.....	23

- Kontakt lenslerin bakımı için kullanılan solüsyonun içindeki cıva veya Timerosal gibi herhangi maddeye karşı olan alerji.
- Herhangi bir aktif kornea enfeksiyonu (bakteri, mantar, protozoa veya virüsün yol açtığı).
- Gözlerin kızarması veya tahriş olması.

## Uyarılar - Kontakt lens kullanımı ile ilgili bilmeniz gerekenler

Göz Hastalıkları Uzmanınızın lens kullanımı ile ilgili olarak size vermiş olduğu talimatlara uymanız gerekmektedir. Kontakt lens kullanımı ile ilgili olarak aşağıdaki talimatlara uymanız önerilmektedir:

- Kontakt lens veya lens bakım ürünleriyle ilgili sorunlar, gözde ciddi yaralanmalara neden olabilir. Kontakt lenslerin ve lens kutularını da dahil olmak üzere lens bakım ürünlerinin doğru kullanım ve bakımı, bu ürünlerin güvenli kullanımı açısından gereklidir.
- Kornea ülserleri de dahil olmak üzere, çeşitli göz sorunları hızlı bir şekilde gelişebilir ve görme kaybına neden olabilir.
- Çalışmalar, ülseratif keratit riskinin, uzun süreli lens kullanıcıları için günlük kullanılan lens kullanıcılarına göre daha yüksek olduğunu göstermiştir.
- Günlük lens kullanıcıları lenslerini geceleri de çıkartmadan kullanıyorlarsa (onaylı endikasyon dışında), bu kullanıcılar için ülseratif keratit riski lensi geceleri kullanmayanlara göre daha yüksektir.
- Toplam ülseratif keratit riski, lens kusununun temizlenmesi de dahil olmak üzere lens bakım talimatlarına dikkatle uyularak azaltılabilir.
- Çalışmalar, sigara içen kontakt lens kullanıcılarındaki ülseratif keratit riskinin sigara içmeyen kullanıcılarına göre daha yüksek olduğunu göstermiştir.

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

8



## Lens ambalajı

Kutuyu açmak için öndeki açma kulakçığını tutun ve çekerek kopartın.

Her bir lens sterilitesini koruyabilmek için tasarlanmış kendi ambalajı içinde bulunmaktadır. Kutuyu kapatmak için kulakçığı içeri itmeniz yeterli olacaktır.

Her bir lens ayrı bir steril blister ambalajda, steril bir ambalaj solüsyonu içerisinde bulunmaktadır.

Steril blister ambalaj açılmış, hasarlanmış ya da son kullanma tarihi geçmiş ise lensi **KULLANMAYINIZ** ⌚

Lens ambalajını açmak için:

- Öncelikle tek bir lens paketini diğerlerinden ayırın. Diğer paketlere zarar vermeye dikkat edin.
- Lensin solüsyonun içinde serbestçe yüzmesini sağlamak için paketi sallayın.
- Folyoyu sıyırıp açın. Bazen, lens folyonun içine veya paketin kendisine yapışmış olabilir. Bu durum lensin sterilitesine zarar vermez ve güvenle kullanılabilir.
- Lensleri dikkatlice parmak ucunuza alın ve tırnaklarınızın zarar vermemesine dikkat ediniz. Tırnaklarınızın kısa ve temiz olması bu konuya yardımcı olabilir.
- Lensin kabın yan yüzeylerinden kaydırarak dikkatlice çıkartın. Asla cımbız veya başka bir alet kullanmayınız.

12

## Yapışan (hareket etmeyen) lensler için yapılması gerekenler

Eğer lens gözünüze yapıştırsa, Göz Hastalıkları Uzmanınız nemlendirici veya ıslatıcı bir solüsyon önerebilir. Böylelikle takılıyken de daha rahat hissedebilmek için lenslerinizi nemlendirebilirsiniz.

Sadece birkaç damla gözünüze damlatın ve lensleriniz rahatça hareket etmeye başlayana kadar bekleyiniz.

Eğer bu uygulama sorununuzu çözmezse **HEMEN** Göz Hastalıkları Uzmanınıza başvurunuz.

## Kurumuş (dehidrate) lensler için yapılması gerekenler

Eğer ACUVUE® Marka Kontakt Lensler gözünüzden çıktıktan sonra uzun bir süre hava ile temas ederse yüzeyleri kurur ve giderek kırılğan hale gelir. Bu durumda lensi atın ve yeni bir tane takın.

## Lenslerinizin çıkartılması

Daima aynı lensi önce çıkartın.

Ellerinizi iyice yıkayın, durulayın ve kurulayın ve "Önce Temizlik" bölümünde anlatılan hijyen kurallarına uyun.

### Dikkat:

Çıkartmadan önce lensin gözünüzün ortasında olduğundan emin olun.

Diğer gözünüzü kapatarak bunu tespit edebilirsiniz. Eğer diğer gözünüzü kapattığınızda görmeniz bulanık ise ya lensiniz merkezden beyaz kısma kaymıştır ya da gözünüzde değildir. Lensin yerini bulmak için, bir ayna karşısında üst göz kapağınızı yukarı çekerken aşağı doğru bakın ve gözünüzün üst kısmını araştırın. Daha sonra da alt göz kapağınızı çekerken yukarı doğru bakın ve gözünüzün alt kısmını araştırın.

16

• Asla lenslerinizi başkasının takmasına izin vermeyin. Lensleriniz sizin gözünüze uygun olarak ve sizin ihtiyacınız olan derecede görme düzeltmesi sağlayacak şekilde reçete edilmişlerdir. Lenslerin paylaşılması göz enfeksiyonlarının meydana gelme olasılığını artırır.

• Sağlıklı, rahat bir görüş için, ACUVUE® Marka Kontakt Lenslerin sadece göz doktorunuzun önerdiği şekilde takılmaları gerekir. Bu lensler sadece günlük kullanım, Günlük Kullan-at için önerilmektedirler. Kullanıldıktan sonra atılmaları gerekir. Bu kitapçık bu talimatların bir hatırlatıcısı olacaktır.

• Sağlık durumunuz hakkındaki tüm bilgileri Göz Hastalıkları Uzmanınıza vermeniz, doktorunuzun ihtiyaçlarınıza uygun bir lens ve bakım sistemi vermesini sağlayacaktır.

• Yüzme ve diğer su sporları esnasında kontakt lens kullanımı için Göz Hastalıkları Uzmanınıza danışın. Yüzme vb. faaliyetler esnasındaki suyun, kontakt lensinizle teması mikroorganizma bulaşmasına bağlı **göz enfeksiyonu riskini artırabilir**.

• Kontakt lens kullanırken zararlı ve tahriş edici buhar veya dumana maruz kalmaktan kaçın.

• Kontakt lens kullanıyorsanız bunu işverenize bildirin. Bazı işlerde göz koruyucu ekipman kullanılması ya da hiç kontakt lens kullanılmaması gerekebilir.

• Eğer herhangi bir sorunuz varsa, daima Göz Hastalıkları Uzmanınıza danışın.

20

## Lenslerinizin takılması

Lenslerinizin karışmasını engellemek için ilk önce sağ lensinizi takip çıkarma alışkanlığını edinebilirsiniz.

Lensinizi takmadan önce üzerinde çentik veya yırtık olup olmadığını kontrol edin. Hasarlı gibi görünüyorsa, kullanmadan atın ve yenisini takın.

Lensinizin ters-yüz olup olmadığını kontrol edin.

Lensinizi işaret parmağınızın ucuna yerleştirin ve şeklini kontrol edin. Lensin doğal, kavisli ve çanak şeklinde olması gerekir. Eğer lensin kenarı dışarı doğru dönmüşse lens ters-yüz olmuştur. Bir başka yöntemde ise lensi baş ve işaret parmaklarınızın arasında hafifçe sıkın. Kenarların içeri dönmesi gerekir. Eğer lens ters-yüz olmuştursa kenarlar dışarı doğru dönmüştür.



### VEYA

Lensinizi işaret parmağınızın ucuna yerleştirin, 123 rakamlarını bulun. 1-2-3 doğru sıralamadır, 1-2-3 ters sırada ise lens ters dönmüştür. Lens ters dönmüşse (ters 1-2-3) düzeltin ve yeniden rakamların sırasını kontrol edin.

123 iç-dış işareti olan ürünleri öğrenmek için **Tablo 1'e** bakınız.

### Not:

Lensinizi takmadan önce çalkalamak isterseniz, Göz Hastalıkları Uzmanınızın önerdiği gibi, sadece taze, steril çalkalama solüsyonlarını kullanınız.

## ASLA MUSLUK SUYU KULLANMAYINIZ.

13

Lensinizi bulduktan sonra çimdikleme yöntemiyle ya da Göz Hastalıkları Uzmanınızın önereceği bir başka yöntemle lensinizi çıkartın.

### Çimdik Yöntemi

- Yukarı bakın, işaret parmağınızı kullanarak lensi aşağı doğru kaydırın.
- Lensi nazikçe işaret ve baş parmaklarınızın arasında tutun ve çıkartın.

## Yedek lensiniz kalmadığında

Yeterli miktarda yedek lensinizin olması önemlidir.

Lensiz kalmamak için, sipariş ve lenslerin elinize ulaşması için geçecek zamanı da göz önüne alarak, Göz Hastalıkları Uzmanınızdan yedek lens siparişinizi veriniz.

ACUVUE® Marka Kontakt Lens ürünleri sadece günlük kullanım için önerildiklerinden, lens bakım ürünlerine (çalkalama veya nemlendirici solüsyonlar hariç) gerek duyulmamaktadır.

Herhangi bir sebep ile lensiniz yok ise gözlüklerinizi kullanınız.

Her ne kadar, ACUVUE® Marka Kontakt Lens ürünlerini görme düzeltmesi için tercih etmiş olsanız da, tük kontakt lens kullanıcılarının yedek bir gözlüğü olması gerekir.

## Kısa Özet

Diğer tüm kontakt lens tiplerinde olduğu gibi, görmenizi korumak ve iyileştirmek için takip edilmesi gereken temel kurallar bulunmaktadır.

• Daima, güvenli lens kullanımı için verilmiş olan talimatlara uyun. Performansı ve sağlıklı görmeyi üst düzeyde tutabilmek için düzenli kontroller yaptırılmalıdır.

• Yüksek hijyen standartlarına uyun.

• **ASLA** lenslerinizle uyumayın - her akşam çıkartın.

• Gözünüze sadece yeni ve steril lensleri takın.

• Lenslerinizi çalkalamak için **ASLA** musluk suyu kullanmayın.

• **ASLA** lenslerinizi önerilenden daha uzun süreli kullanmayın.

• Kızarıklık, tahriş veya bulanık görme gibi bir sorunuz olursa, **DERHAL** lenslerinizi çıkartın ve Göz Hastalıkları Uzmanınıza danışın.

• Lenslerinizin takılı olmaması gereken bir zamanda mecburen takmamak için her zaman yanınızda gözlük bulundurun. Görme kusurlarının düzeltilmesinde lensler tercih edilen uygulama olmakla beraber yedek bir gözlük de gereklidir.

ACUVUE® Marka Kontakt Lensler, ürünlerini kullanan birisi olarak, gözlüğe veya diğer kontakt lenslere oranla avantajlarının yakında farkına varacaksınız.

Azami yararı ve performansı sağlamak için bu kuralların uygulanmasının çok önemli olduğunu bilmeniz gerekir.

Kontakt lenslerinizi sadece Göz Hastalıkları Uzmanınızın önerilerine ve bu kitapçıkta yer alan talimatlara göre kullanınız.

21

## Lensin gözünüze yerleştirilmesi

1. Sağ gözünüzden başlamayı unutmayın. Lensi inceleyip ters-yüz olmadığından emin olduktan sonra, işaret parmağınızın ucuna yerleştirin.

2. Kullandığınız elinizin orta parmağını kirpiklerinize yakın bir yere koyun ve alt göz kapağınızı aşağı doğru çekin.

3. Diğer elinizin işaret veya orta parmağı ile üst göz kapağınızı yukarı çekin ve lensi gözünüze yerleştirin.

4. Her iki göz kapağınızı da bırakın ve hafifçe gözünüzü kırıpın.

5. Aynı aşamaları sol lensiniz için de tekrarlayın.

Lensin yerleştirilmesi için başka yöntemler de vardır. Bu yöntem ile zorlanıyorsanız Göz Hastalıkları Uzmanınız farklı bir yöntem önerebilir.



14

## Monovizyon düzeltme için talimatlar

Eğer Göz Hastalıkları Uzmanınız monovizyon düzeltmeye ihtiyacı duyduğunuzu söylemişse aşağıdakilere dikkat etmeniz gerekir:

Herhangi bir lens düzeltme türünde olabileceği gibi bu tip uygulamalarda da bir görüş rahatsızlığı olabilir.

Bazı durumlarda, monovizyon lensler görme netliğini, mesafe algılama ve yakın görme derinliğini azaltabilir. Bazı hastalar buna uyum sağlamakta güçlük çekebilirler.

Hafif bulanıklık ve değişken görme gibi belirtiler, gözünüzün uyum sağlayabilmesine bağlı olarak, kısa veya birkaç hafta süreli olabilir. Bu belirtiler ne kadar uzun sürerse, sizin başarılı bir uyum şansınız o kadar azalır.

Bu dönem süresince lenslerinizi sadece, çok net görüş gerektirmeyen alışılmış hallerde kullanmanız önerilir. Örneğin, gözleriniz alışmaya kadar, araba kullanılmaması gibi.

Bazı hastaların, önemli işler sırasında görme netliğini sağlayabilmek için lensin üzerine gözlük de takmaları gerekebilir.

• Bazı durumlarda hastalar zayıf ışıkta çalışırken, örneğin gece araba kullanırken, tam olarak rahat edemezler. Böyle bir durumda, daha keskin bir uzak görme gerektiğinde her iki gözün de düzeltilmesi için ilave lens verilebilir.

• Monovizyon lens takılması kararı, bir Göz Hastalıkları Uzmanının yapacağı dikkatli bir muayene sonrasında verilmelidir.

• Monovizyon lenslere uyum sağlamanıza yardımcı olmak için size yapılan önerilere uymalısınız. Uyum süreci sırasında ve sonrasında karşılaşılabileceğiniz tüm sorunlar hakkında daima Göz Hastalıkları Uzmanınıza danışmalısınız.

18

## İstenmeyen olayların bildirimi

ACUVUE® Marka Kontakt Lens ürünlerini kullanırken karşılaştığınız tüm istenmeyen etkiler, daha sonra bunları üretici firmaya bildirecek olan Göz Hastalıkları Uzmanınıza bildirilmelidir.

## Reçeteniz

ACUVUE® Marka Kontakt Lensler.

### Sağ lens:

Diyoptrisi ve temel eğrisi (ya da silindir ve aksı)

--

### Sol lens:

Diyoptrisi ve temel eğrisi (ya da silindir ve aksı)

--

22

## Lensin merkezlenmesi

Genellikle, lens göze takıldığında kendiliğinden merkeze yerleşir ve çok ender olarak kullanırken gözün beyaz kısmına kayabilir. Ancak, takma ve çıkarma doğru bir şekilde yapılmazsa, bu durum meydana gelebilir. Lensi merkezlemek için aşağıdaki yöntemlerden birisi kullanılabilir:

a. Göz kapaklarınızı kapatın ve hafifçe masaj yaparak lensi yerine oturtun.

### Veya

b. Gözünüzü açırken, alt veya üst göz kapaklarınızın kenarına parmağınızla hafifçe basınç uygulayarak merkezden uzaklaşmış lensi yerine yerleştirin.

### Not:

Lensinizi taktıktan sonra görmeniz bulanık ise şunları kontrol edin:

• Lens gözünüzde merkezlenmemiş olabilir. Yukarıdaki talimatları uygulayın.

• Lens doğru pozisyonda ise çıkartın ve şunları uygulayın:

a. Lensin üzerinde kozmetik veya yağ olup olmadığını kontrol edin; varsa lensi atıp yenisini takın.

b. Sağ ve sol lens yanlışlıkla birbirinin yerine takılmış olabilir.

c. Lens ters-yüz takılmış olabilir ve bu durum da normale göre rahatsızlık hissi verebilir.

15

## Diğer Önemli Bilgiler

### Önemler

• Göz Hastalıkları Uzmanınızın muayenehanesinden ayrılmadan önce, lenslerinizi kendi kendinize çıkartabileceğinizden emin olun.

• İyice temizledikten sonra elinizi ve parmağınızla lensinize **DOKUNMAYIN**, çünkü lensinizde oluşabilecek ufak bir çizik bile görmenizin bozulmasına neden olabilir ve/veya gözünüze zarar verebilir.

• Daima lenslerinizi dikkatle elinize alın ve düşürmemeye çalışın.

• Gözleriniz kızarırsa veya tahriş olursa derhal lenslerinizi çıkartın.

• Kontakt lens kullandığınızı doktorunuza söyleyin.

• Herhangi bir göz damlası kullanmadan önce daima Göz Hastalıkları Uzmanınıza danışın.

• Antihistaminikler, dekonjestanlar, diüretikler, kas gevşeticiler, trankilizanlar gibi bazı ilaçlar ve araç tutmasına karşı kullanılan ilaçlar gözün kurumasına, lensi daha çok hissetmenize veya bulanık görmeye neden olabilirler. Eğer bir sorunla karşılaşırsanız, doktorunuza danışmanız gerekir.

• Gözünüze kimyasal madde sıçradığı takdirde: **GÖZLERİNİZİ DERHAL MUSLUK SUYU İLE YIKAYIN. GEÇİKMEYEN GÖZ DOKTORUNUZA VEYA EN YAKIN HASTANENİN ACİL SERVİSİNE BAŞVURUN.**

• Oral kontraseptif kullananların görüşlerinde veya lens toleranslarında değişiklikler meydana gelebilir. Göz Hastalıkları Uzmanınız sizi bu konuda bilgilendirecektir.

• Tüm kontakt lenslerde olduğu gibi, sağlıklı görmeyi koruyabilmek için düzenli olarak göz kontrolleri yaptırmak önemlidir.

19

## ACUVUE® MARKA KONTAKT LENSLE İZE SADECE GÜNLÜK KULLANIM, GÜNLÜK KULLAN-AT ŞEKLİNDE KULLANMAK ÜZERE REÇETE EDİLMİŞTİR.

Herhangi bir sorun veya kaygınız olduğu takdirde Göz Hastalıkları Uzmanınıza başvurunuz.

Göz Hastalıkları Uzmanınızın Adres ve Telefon Numarası:

--

Net ve sağlıklı bir görme için Göz Hastalıkları Uzmanınızı düzenli olarak ziyaret etmeniz önemlidir.

Gelecek Ziyaretleriniz:

1		2		3	
4		5		6	

23