



ACUVUE®
BRAND CONTACT LENSES

**DENNÉ NOSENIE
(ČASTÁ VÝMENA)
A PREDĹŽENÉ
NOSENIE**

**POKYNY
PRE NOSITEĽOV
KONTAKTNÝCH
ŠOŠOVIEK**

**CE
0086**

Táto príručka pre používateľov sa týka kontaktných šošoviek značky ACUVUE®, ktoré sú uvedené nižšie v **tabuľke 1** a sú tak označované aj ďalej v texte, ak nie je uvedené inak.

Tabuľka 1	Spôsob nosenia / frekvencia výmeny			
Typ šošoviek / názov	Denné nosenie (s časťou výmenou)	Prerušované nosenie	Indikátor rub-lic	Roztok obsiahnutý v balení
Sférické kontaktné šošovky ACUVUE®, s UV filtrom a zviditeľňujúcim zafarbením				
ACUVUE® 2®	●	●		①
ACUVUE OASYS® with HYDRACLEAR® PLUS	③	●		②
ACUVUE® Vita™	③	●		②
Kontaktné šošovky ACUVUE® na astigmatizmus, s UV filtrom a zviditeľňujúcim zafarbením				
ACUVUE OASYS® for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR® PLUS	③	●		②

Roztok obsiahnutý v balení

- 1 Pufrovaný fyziologický roztok.
- 2 Pufrovaný fyziologický roztok s metyléter celulózu.

Použitý materiál

- 3 Materiál použitý na výrobu šošoviek obsahuje silikón a obdržal certifikát 1. triedy ochrany proti UV žiareniu. Prepúšťa menej ako 1 % UVB (280-315 nm) a 10 % UVA (316-380 nm) žiarenie. Všetky ostatné ACUVUE® produkty obdržali certifikát 2. triedy ochrany proti UV žiareniu a prepúšťajú menej ako 5 % UVB a 50 % UVA žiarenia

Nasledujúce symboly sa môžu objaviť na blistroch a škatuľkách Vašich kontaktných šošoviek ACUVUE®.

Symbol	Definícia	Symbol	Definícia
	Vyhľadajte informácie alebo pokyny uvedené v príbalovom letáku	LOW	"Low" ADD (+0,75 do +1,25 ADD)
	Údaje o výrobcovi alebo mieste výroby	MID	"Mid" ADD (+1,50 do +1,75 ADD)
	Dátum výroby	HGH	"High" ADD (+2,00 do +2,50 ADD)
	Použiteľné do (dátum expirácie)		Certifikát kvality EU
	Kód výrobnej šarže		UV filter
	Sterilizované parou alebo suchým teplom		UV Blocking
DIA	Priemer		Poplatky za spracovanie odpadu uhradené
BC	Zakrivenie zadnej plochy (rádius)		UPOZORNENIE: Obmedzenie predaja a objednávania na očných špecialistov (iba v USA)
D	Dioptria (optická mohutnosť šošovky)		Indikátor rub – lice: správna orientácia šošovky
CYL	Hodnota cylindra		Indikátor rub – lice: nesprávna orientácia šošovky (šošovka je naruby)
AXIS	Osa		"Identifikačná značka" pre papierové obaly a ďalší obalový materiál
MAX ADD	Najvyššia adícia		"Identifikačná značka" pre kompozitné materiály

Obsah

Pohodlné a príjemné nosenie	5
Odporúčaný spôsob použitia.....	6
Rozvrh nosenia	7
Kontraindikácie	8
Čo by ste mali vedieť, kým začnete šošovky používať	9
Nežiaduce účinky	10
Riešenie problémov s kontaktnými šošovkami	11
Hygienické postupy.....	12
Rozbalenie kontaktných šošoviek.....	13
Manipulácia so šošovkami pred nasadením	14
Nasadenie kontaktnej šošovky.....	15
Centrovanie šošovky	16
Ako postupovať pri adhézii (prilepení) šošovky	17
Ako postupovať pri vyschnutí (dehydratácii) šošovky	17
Vyjmúť očičky	17
Starostlivosť o kontaktné šošovky	18
Starostlivosť o puzdrá na šošovky	20
Čo keď sa kontaktné šošovky minú	20
Korekcia technikou monovision	21
Ďalšie dôležité informácie	22
Zhrnutie	24
Nepriaznivé reakcie	25
Informácie o aplikovaných šošovkách	25

Pohodlné a príjemné nosenie

Blahoželáme, že ste sa pridali k tisícim ďalším ľuďom po celom svete, ktorí využívajú komfort a pohodlie kontaktných šošoviek ACUVUE® spoločnosti Johnson & Johnson Vision Care, popredného svetového výrobcu kontaktných šošoviek.

Kontaktné šošovky ACUVUE® sú mäkké, tenké a ohybné, preto sú pohodlné od prvého nasadenia. Umožňujú vysokú priepustnosť kyslíka pre maximálne zdravý spôsob nosenia. Súčasne poskytujú ochranu proti ultrafialovému (UV) žiareniu.

Vyrobiť šošovky takej kvality, akú majú **kontaktné šošovky ACUVUE®**, si vyžadovalo prielom vo výrobnej technológii; aj pri dostatočne nízkych nákladoch je možné ich meniť každý deň.

Kontaktné šošovky ACUVUE® sú, rovnako ako všetky iné kontaktné šošovky, zdravotníckym prostriedkom. Pravidelná starostlivosť a kontroly u Vášho očného špecialistu sú bezpodmienečne nutné na zachovanie zdravého stavu Vašich očí.

Odporúčaný spôsob použitia

Sférické kontaktné šošovky ACUVUE® sú vhodné na denné nosenie a na korekciu refrakčných očných chýb, **myopie (krátkozrakosti)** a **hyperopie (ďalekozrakosti)**, u osôb so zdravými očami, ktoré majú astigmatizmus 1,00 cyl D a menej.

Kontaktné šošovky značky ACUVUE® 2® a ACUVUE OASYS® with HYDRACLEAR® PLUS sú tiež určené ako na denné, tak aj predĺžené nosenie.

Kontaktné šošovky ACUVUE® na astigmatizmus sú určené na denné nosenie a korekciu refrakčných očných chýb, **myopie (krátkozrakosti)** a **hyperopie (ďalekozrakosti)**, u osôb so zdravými očami, ktoré majú astigmatizmus.

Kontaktné šošovky ACUVUE OASYS® for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR® PLUS sú určené ako na denné, tak aj predĺžené nosenie.

Kontaktné šošovky ACUVUE OASYS® sú vhodné aj na terapeutické použitie ako ochrana očí pri určitých očných ochoreniach.

Ďalšie informácie Vám poskytne váš očný špecialista. Nikdy by ste nemali sami zaobchádzať s kontaktnými šošovkami a s očnými liekmi bez predchádzajúcej konzultácie so svojim očným špecialistom.

Všetky kontaktné šošovky značky ACUVUE® obsahujú UV filter, ktorý pomáha chrániť rohovku a oko pred škodlivým UV žiarením.

Varovanie:

Kontaktné šošovky s UV filtrom **NIE SÚ** náhradou ochranných pomôcok proti UV žiareniu (ako napríklad slnečných okuliarov s UV filtrom), pretože nekryjú celý povrch oka a jeho okolie. Uvedené pomôcky je pri nosení šošoviek nutné ďalej používať podľa pokynov.

Poznámka:

Dlhodobá expozícia UV žiarenia je jedným z rizikových faktorov vzniku sivého zákalu (katarakty). Veľkosť expozície závisí od mnohých okolností, ako sú napr. prostredie (zemepisná poloha, geografia terénu, oblačnosť) a osobné faktory (rozsah a povaha pobytu vonku). Kontaktné šošovky s UV filtrom pomáhajú chrániť oko pred škodlivým UV žiarením. Zatiaľ však neboli dokončené klinické štúdie, ktoré by spoľahlivo potvrdili, že nosenie kontaktných šošoviek s UV filtrom znižuje riziko vzniku katarakty a ďalších očných chorôb. Pre viac informácií kontaktujte svojho očného špecialistu.

Rozvrh nosenia

Rozvrh nosenia a výmeny by mal pripraviť Váš očný špecialista na základe Vašej anamnézy a prehliadky očí. Veríme, že častejšia výmena našich produktov je lepšia pre zdravie Vašich očí a funkčnosť šošoviek.

Denné nosenie s častou výmenou

Kontaktné šošovky ACUVUE® predpísané na denné nosenie s častou výmenou (menej ako 24 hodín, v bdelom stave) sa majú vyhadzovať a vymieňať vždy po dvoch týždňoch.

Kontaktné šošovky ACUVUE® Vita™ predpísané na denné nosenie s častou výmenou (menej ako 24 hodín, v bdelom stave) sa majú vyhadzovať a vymieňať každý mesiac.

Všetky kontaktné šošovky ACUVUE® predpísané na denné nosenie s častou výmenou sa majú pri každom vybratí čistiť, oplachovať a dezinfikovať, a to iba za použitia chemického dezinfekčného systému.

Predĺizené nosenie

Kontaktné šošovky ACUVUE® predpísané na predĺžené nosenie (viac ako 24 hodín, a to aj počas spánku) môžu byť podľa **tabuľky 1** nepretržite nosené až 7 dní / 6 nocí a mali by byť po vybratí vyhodnené. **Ak sú používané týmto spôsobom, netreba ich žiadnym spôsobom čistiť ani dezinfikovať. Váš očný špecialista určí, či sú pre Vás vhodné kontaktné šošovky na predĺžené nosenie.**

Je odporúčané najskôr začať šošovky nosiť v dennom pláne nosenia. Ak budete úspešní, potom je možné pod dohľadom očného špecialistu postupne zavádzať predĺžené nosenie.

Po vybratí sa odporúča nevkladať ďalšiu šošovku do oka počas nočného odpočinku alebo dlhšie.

Kontraindikácie

Pri používaní kontaktných šošoviek značky ACUVUE® pre korekciu zraku sa vyvarujte ich nosenia, ak trpíte niektorou z nasledujúcich ťažkostí:

- Zápal alebo infekcie očí, očných viečok a ich okolia.
- Akákoľvek choroba, zranenie alebo abnormalita očí, ktorá postihuje rohovku, spojivku a očné viečka.
- V minulosti Vám bolo diagnostikované ochorenie, ktoré sp(u)sobu je nepohodlie pri nosení kontaktných šošoviek.
- Veľmi suché oči.
- Znížená citlivosť rohovky (hypoestézia rohovky).
- Akékoľvek systémové ochorenie, ktoré môže ovplyvniť oči alebo sa môže zhoršiť v súvislosti s nosením kontaktných šošoviek.
- Alergické reakcie postihujúce povrch očí a okolité tkanivá; tieto reakcie môžu byť vyvolané alebo sa môžu zhoršiť po kontakte s očnými šošovkami a s roztokmi na kontaktné šošovky.
- Alergia na akúkoľvek súčasť roztoku, ktorý sa používa pri starostlivosti o šošovky (napr. ortuť alebo Thimerosal).

- Akútne infekcie rohovky (bakteriálneho, hubového, prvokového alebo vírusového pôvodu).
- Vaše oči sú začervenané alebo podráždené.

Z terapeutických dôvodov Vám môže Váš očný špecialista predpísať kontaktné šošovky na liečbu niektorých očných ochorení vrátane niektorého z vyššie uvedených.

Čo by ste mali vedieť, kým začnete šošovky používať

Na správne používanie kontaktných šošoviek je nevyhnutné dodržiavať pokyny očného špecialistu. Nositelia kontaktných šošoviek by mali dbať na nasledujúce poučenie:

- Problémy súvisiace s kontaktnými šošovkami alebo prostriedkami na ich ošetrovanie môžu viesť k závažnému poškodeniu oka. Mali by ste byť upozornení na to, že riadne používanie kontaktných šošoviek a náležitá starostlivosť o šošovky, puzdrá aj správne používanie prostriedkov na ich ošetrovanie sú nevyhnutné pre ich bezpečné nosenie.*
- Problémy, vrátane vredov očnej rohovky, môžu vzniknúť rýchlo a viesť až k strate zraku.
- Riziko ulceratívnej keratitidy je pri predĺženom nosení kontaktných šošoviek väčšie než pri dennom nosení.
- Ak sú šošovky na denné nosenie ponechané v oku cez noc (v rozpore so schváleným použitím), je riziko ulceratívnej keratitidy vyššie než pri ich používaní predpísaným spôsobom.
- Riziko ulceratívnej keratitidy je možné znížiť starostlivým dodržiavaním pokynov starostlivosti o kontaktné šošovky, vrátane čistenia puzdra.
- Štúdie preukázali, že u fajčiarov používajúcich kontaktné šošovky je riziko ulceratívnej keratitidy vyššie než u nefajčiarov.

* New England Journal of Medicine, 21. septembra, 1989, 321 (12), pp. 773 – 783.

- Ak spozorujete akékoľvek nepohodlie, nadmerné slzenie, zmeny videnia, začervenanie očí alebo iné problémy, mali by ste šošovky okamžite vybrať a kontaktovať svojho očného špecialistu.
- Odporúčame pravidelne v určených intervaloch navštevovať svojho očného špecialistu.
- Nevystavujte počas plávania, iných vodných športov či kúpele vo vani s horúcou vodou kontaktné šošovky účinkom vody, pretože to môže zvýšiť riziko vážnych očných infekcií spôsobených mikroorganizmami, ktoré môžu viesť k strate zraku. Ak boli kontaktné šošovky ponorené do vody, mali by byť vyhodené a nahradené novým párom. odporúčania ohľadom nosenia šošoviek v rámci akýchkoľvek aktivít zahŕňajúcich vodu by mala byť konzultovaná s očným špecialistom.

Nežádoucí účinky

Uvedomte si, že počas nosenia kontaktných šošoviek sa môžu objaviť nasledujúce ťažkosti:

- Pocity pálenia, rezania a pichania v očiach.
- Nižší pocit pohodlia ako pri prvom nasadení.
- Pocity cudzieho telieska v oku.
- Existuje riziko dočasného poškodenia kvôli periférnym infiltrátom, periférne ulcerózna keratitída a erózií rohovky. Niektoré stavy si môžu vyžadovať ďalšie pozorovania, ale v malej miere môžu byť klinicky prijateľné. Ide napríklad o miestne alebo celkový opuch, neovaskularizácii rohovky, farbiace sa defekty rohovky, prekrvenie, tarzálna abnormality, iritidu a konjunktivitidu.
- Nadmerné slzenie, neobvyklá sekrécia a začervenanie očí.
- Predĺžené alebo príliš dlhé nosenie šošoviek sa môže prejaviť zhoršeným a hmlistým videním, svetloplachosťou (fotofóbiou), dúhou alebo septembra okolo predmetov a tiež suchými očami.

Riešenie problémov s kontaktnými šošovkami

Aspoň raz denne urobte jednoduchý test.

Položte si tieto tri otázky:

1. Cítim sa dobre so šošovkami na očiach?
2. Ako moje oči vyzerajú?
3. Vidím dobre?

Vyberte šošovky vždy, keď sa stretnete s týmito problémami:

- Pocity pálenia, rezania a pichania v očiach.
- Pocity cudzieho telieska v oku.
- Nadmerné slzenie, neobvyklá sekrécia a sčervenanie očí.
- Zahmlené videnie, dúha alebo žiara okolo predmetov; pocit suchých očí sa môže vyskytnúť pri predĺženom alebo príliš dlhom nosení.
- Nižší pocit pohodlia než pri prvom nasadení.

Ak ťažkosti po zložení šošoviek odznejú, starostlivo šošovky skontrolujte; ak sú poškodené alebo znečistené, zahodte ich a nasadte nové.

Ak problémy pretrvávajú, nové šošovky zložte a vyhľadajte svojho očného špecialistu.

Vyššie uvedené príznaky môžu súvisieť s vážnymi komplikáciami (napr. infekcia, vred rohovky). Včasná diagnóza a liečba sú nevyhnutné pre zachovanie dobrého zdravia Vašich očí.

PAMÄTAJTE: ŤAŽKOSTI SÚ VAROVNÝM SIGNÁLOM. AK MÁTE POCHYBNOSŤ, ŠOŠOVKY VYBERTE.

Hygienické postupy

Príprava pred nasadením

Prvým a najdôležitejším predpokladom správnej starostlivosti o kontaktné šošovky je čistota.

Vytvorte si správny rutinný hygienický postup pre manipuláciu s kontaktnými šošovkami.


- Pred každou manipuláciou so šošovkami si vždy dôkladne umyte ruky jemným mydlom, opláchnite ich a osušte uterákom, ktorý nepúšťa vlákna.
- Pred manipuláciu so šošovkami nepoužívajte kozmetické prípravky s olejovým základom, mydlá s prísadou krému, pleťové mlieka, krémy alebo chladivé gély. Najvhodnejšie je nasadzovať kontaktné šošovky pred aplikáciou make-upu. Pri kozmetických prípravkoch na báze vody je riziko poškodenia šošovky menšie než pri prípravkoch na báze oleja.
- Pri použití vlasových sprejov alebo iných aerosólov ponechajte oči zavreté.
- Na správnu manipuláciu, nasadzovanie, snímanie a používanie kontaktných šošoviek vždy dodržujte pokyny uvedené v tejto brožúre a odporúčania svojho očnému špecialistu.
- **NIKDY** nenoste šošovky dlhšie, ako je predpísané.

Rozbalenie kontaktných šošoviek

Škatuľku otvorte odtrhnutím chlopne prílepej na jej prednej časti.

Každá šošovka je samostatne zabalená do blistra a je ponorená v sterilnom roztoku.

Po vybratí blistra zatvorte škatuľku priklopením a zasunutím okraja chlopne.

NIKDY nepoužívajte šošovky z poškodených alebo skôr otvorených blisterov alebo šošovky po uplynutí dátumu expirácie .

Na otvorenie blistra postupuje podľa týchto jednoduchých krokov:

1. Najprv z balenia šošoviek oddelte jednu šošovku. Dávajte pozor, aby ste neporušili blister pri niektorej z ďalších šošoviek.
2. Zatrepte blisterom, aby sa šošovka uvoľnila do roztoku.
3. Odtrhnite kryciu fóliu. Občas sa môže šošovka prichytiť na fólii alebo na obale. To nemá vplyv na jej sterilitu, na použitie zostáva absolútne bezpečná.
4. Manipulujte so šošovkou opatrne, dotýkajte sa jej iba končekmi prstov. Nedotýkajte sa kontaktnej šošovky nechtami, mohlo by ľahko dôjsť k jej poškodeniu. Je vhodné udržiavať nechty krátke a hladké.
5. Opatrne vyberte šošovku jej posunutím ku kraju vaničky. Na vybratie šošovky nepoužívajte pinzetu ani žiadnu inú pomôcku.

Manipulácia so šošovkami pred nasadením

Aby ste predišli zámene, pri nasadzovaní šošoviek začínajte vždy šošovkou určenou pre pravé oko.

Pred nasadením vždy skontrolujte, či je šošovka čistá a neporušená. Ak je poškodená, použite novú.

Podľa tvaru skontrolujte, či šošovka nie je obrátená vnútornou stranou von (naruby).

Položte šošovku na špičku ukazováka a skontrolujte jej profil. Šošovka musí mať prirodzený zakrivený tvar ako miska. Ak majú okraje šošovky tendenciu smerovať von, šošovka je naruby. Ďalšou metódou je jemne stlačiť šošovku medzi palcom a ukazovákom. Okraje sa mali obrátiť dovnútra. Ak je šošovka naruby, okraje sa mierne vykrúčia smerom von.



✓ Správne



X Špatně

ALEBO

Položte šošovku na špičku ukazováka a dajte ju ľahko nad úroveň očí tak, aby ste sa pozerali na šošovku z vonkajšej strany.

Ak je šošovka opatrená **indikátorom rub – líce** (pozrite **tab. 1**), stačí skontrolovať, či vidíte číslice 123 správne. Ak sú obrátené, držte šošovku naruby a treba ju obrátiť.

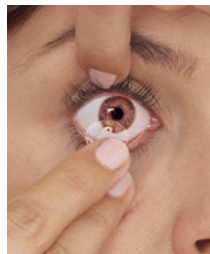
Poznámka:

Ak šošovku potrebujete pred nasadením zvlhčiť, použite iba sterilný roztok, ktorý je na to určený a ktorý vám odporučil váš očný špecialista.

NIKDY NEPOUŽÍVA JTE VODU Z VODOVODU .

Nasadenie šošovky na oko

1. Pamätajte na to, že pri nasadzovaní by ste mali vždy začínať pravým okom. Len čo šošovku skontrolujete a zistíte, že je obrátená správnou stranou von, položte ju na špičku ukazováka.
2. Prostredníkt tejto istej ruky položte tesne pod spodné mihalnice a odťahnite spodné viečko.
3. Ukazovákom alebo prostredníkom druhej ruky zdvihnite horné viečko. Priložte šošovku na oko.
4. Jemne uvoľnite viečka a zamrkajte.
5. Rovnakým postupom nasadte šošovku na ľavé oko.



Existujú aj iné postupy nasadzovania šošoviek. Ak vám uvedená metóda nevyhovuje, poraďte sa so svojim očným špecialistom.

Centrovanie šošovky

Šošovka sa pri nasadení väčšinou „usadí“ na oku sama a bežne sa nestáva, že by sa vycentrovaná šošovka pri nosení samovoľne posunula na belmo oka. Ak však pri nasadzovaní a snímaní šošoviek nepostupujete správne, môže sa to stať. V takom prípade je možné šošovku znovu umiestniť do stredu týmito spôsobmi:

A. Zavrite oči a jemným masírovaním viečka posuňte šošovku na správne miesto.

ALEBO

B. Nechajte oko otvorené a tlakom prstov na kraje horného alebo dolného viečka jemne posuňte šošovku na stred oka.

Poznámka:

Ak máte po nasadení šošovky rozmazané videnie, príčiny môžu byť nasledujúce:

- Šošovka nie je na oku centrovaná, postupujte podľa vyššie uvedených postupov.
- Ak je šošovka centrovaná, zložte ju a skontrolujte nasledujúce:
 - A. Na šošovke môžu byť zvyšky kozmetiky alebo olejové usadeniny. V tom prípade šošovku vyhoďte a použite novú.**
 - B. Šošovka môže byť na nesprávnom oku.**
 - C. Šošovka môže byť naruby, čo môže tiež znížiť pocit pohodlia.**

Ako postupovať pri adhézii (prilepení) šošovky

Pre prípad, že sa šošovka „prilepí“ na oko, je vhodné použiť zvlhčujúci roztok, ktorý vám odporučí Váš očný špecialista. Týmto spôsobom môžete tiež šošovky počas nosenia navlhčiť, aby boli pohodlnejšie.

Nakvapkajte niekoľko kvapiek do oka a vyčkajte, kým sa šošovka nestane voľne pohyblivou. Ak tento postup problém nevyrieši, je nutné **IHNED** vyhľadať očného špecialistu.

Ako postupovať pri vyschnutí (dehydratácii) šošovky

Ak je akákoľvek kontaktná šošovka značky ACUVUE® mimo oka vystavená vzduchu dlhší čas, môže jej povrch vyschnúť a postupne skrehnúť. Ak k tomu dôjde, šošovku vyhoďte a použite novú.

Vybratie šošovky

Vždy vyberajte ako prvú šošovku z rovnakého oka.

Pred vybratím šošoviek si ruky dôkladne umyte, opláchnite a osušte. Postupujte podľa hygienických pravidiel opísaných v hygienických postupoch.

Upozornění:

Kým začnete s vyberaním šošoviek, vždy sa uistite, že je šošovka na strede oka.

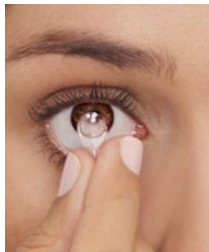
Zistíte to tak, že si zakryjete druhé oko. Ak je videnie neostré, šošovka je buď na belme, alebo nie je na oku vôbec. Polohu šošovky zistíte, keď preskúmate hornú časť oka tak, že odtiahnete horné viečko a dívate sa dolu do zrkadla. Potom odtiahnete spodné viečko a prezrite si spodnú časť oka.



Po tom, čo ste zistili polohu šošovky, môžete ju vybrať ľahkým stlačením medzi ukazovákom a palcom alebo inou metódou, ktorú vám odporučí Váš očný špecialista.

Vybratie stlačením

1. Pri pohľade nahor posuňte šošovku ukazovákom na belmo v spodnej časti oka.
2. Palcom a ukazovákom šošovku jemne stlačte a vyberte ju.



Starostlivosť o kontaktné šošovky

Pre dlhodobu bezpečnú a pohodlnú používanie kontaktných šošoviek je nevyhnutné dodržiavať pokyny Vášho očného špecialistu. Ak vyberiete šošovky a predpokladáte, že ich ešte budete nasadzovať, musíte ich správne vyčistiť, opláchnuť, dezinfikovať a uložiť podľa inštrukcií opísaných v tejto brožúre.

Nedodržanie pokynov na starostlivosť o kontaktné šošovky môže viesť k vážnym očným problémom, ako už bolo opísané v časti „**Čo by ste mali vedieť, kým začnete šošovky používať**“.

Čistenie a oplachovanie sú nevyhnutné na odstránenie hlienu, sekrétov a usadenín, ktoré sa na šošovkách usadzujú v priebehu ich nosenia. Očistite a opláchnite šošovky ihneď po vybratí, ešte pred ich dezinfekciou.

Chorobopodné zárodky môžu byť odstránené iba čistením, oplachovaním a dezinfekciou.

Váš očný špecialista Vám odporučí vhodný spôsob starostlivosti o šošovky a poradí Vám, ako postupovať. Nie vždy je možné používať rôzne prípravky spoločne a nie všetky výrobky sú bezpečné na použitie pre všetky šošovky. Nestriedajte ani nekombinujte systémy pre starostlivosť o šošovky, pokiaľ tak nie je uvedené na označení systémov pre starostlivosť o šošovky.

Ak používate peroxidové systémy, musíte podľa pokynov peroxid tiež neutralizovať.

- Pred manipuláciou so šošovkami si vždy umyte, opláchnite a osušte ruky.
- Vždy používajte čerstvé roztoky pred dátumom expirácie.
- **NIKDY** nemeňte roztok bez konzultácie s vaším očným špecialistom.
- Tepelná dezinfekcia môže vaše šošovky poškodiť.
- **NIKDY** neuchovávajte šošovky iba vo fyziologickom roztoku; neochráni totiž šošovky pred kontamináciou a môže spôsobiť zanesenie infekcie do oka.
- **NIKDY** nepoužívajte roztoky určené iba na tvrdé plynopriepustné šošovky.
- Vzhľadom na to, že materiál niektorých šošoviek obsahuje silikón (ako je uvedené v **tabuľke 1**), môže byť zmáčavosť šošoviek rôzna pri použití rôznych prostriedkov na ich starostlivosť. Vhodný systém starostlivosti o šošovky ACUVUE® Vám odporučí Váš očný špecialista.
- Sterilné roztoky, ktoré neobsahujú konzervačné látky, by sa mali po dátume expirácie zlikvidovať.
- **NIKDY** nedávajte šošovky do úst a nepoužívajte na ich zvlhčovanie iné než odporúčané roztoky.
- **NIKDY** neoplachujte šošovky vodou z vodovodu, pretože tá môže obsahovať nečistoty, ktoré môžu kontaminovať alebo poškodiť Vaše šošovky, a môže tak dôjsť k poškodeniu oka alebo infekcii.
- Čistite ako prvú vždy pravú šošovku, aby ste predišli zámene.

- Ukladajte šošovky do správnej komôrky puzdra; vždy sa uistite, že je šošovka – v čase, keď nie je nosená – celkom ponorená do roztoku. Ak sú šošovky nevhodne uložené, môžu vyschnúť a stať sa krehkými. V takom prípade ich vyhodte.
- **NIKDY** opakovane nepoužívajte roztok v puzdre na šošovky.
- Ak chcete ponechať šošovky uložené na dlhší čas, po radte sa so svojim očným špecialistom.
- Kontaktné šošovky pre opakované použitie by mali byť vyhodnené po uplynutí odporúčanej doby ich nosenia predpísané Vaším očným špecialistom.

Starostlivosť o puzdrá na šošovky

Vzhľadom na to, že puzdro na šošovky môže byť zdrojom bakteriálnej kontaminácie, musí byť po použití vyprázdnené, vyčistené, vypláchnuté odporúčaným sterilným roztokom a ponechané na vysušenie. Puzdro musíte tiež pravidelne vymieňať – podľa odporúčani výrobcu alebo vášho očného špecialistu.

NIKDY NEPOUŽÍVAJTE NA VYPLACHOVANIE PUZDRA VODU Z VO-DOVODU.

Čo keď sa kontaktné šošovky minú

Je dôležité, aby ste sa vždy uistili, že máte dostatočnú zásobu kontaktných šošoviek.

Aby nedošlo k situácii, keď sa Vám šošovky minú, je nutné starostlivo sledovať, kedy je potrebné šošovky doobjednať a vyzdvihnúť si ich u Vášho očného špecialistu.

V prípade, že sa Vám kontaktné šošovky z akéhokoľvek dôvodu minú, noste okuliare.

Aj keď sú kontaktné šošovky ACUVUE® Vaším preferovaným variantom korekcie zraku, okuliare sú nevyhnutným záložným variantom pre všetkých, ktorí nosia kontaktné šošovky.

Korekcia technikou monovision

Ak Vám očný špecialista odporučí korekciu zraku pomocou techniky monovision, musíte vziať do úvahy nasledujúce:

Rovnako ako pri bežnej korekcii kontaktnými šošovkami môže dochádzať k nevyhnutným kompromisom, ktoré môžu znižovať zrakovú ostrosť. V niektorých prípadoch nositelia pociťujú zhoršenie vnímania hĺbky obrazu. Niektorí z nich majú ťažkosti sa tejto zmene prispôbiť.

Príznaky zahmlenia alebo kolísania videnia sa môžu v rámci adaptácie vyskytnúť na prechodný čas, max. počas niekoľkých týždňov, potom obvykle zmiznú. Čím dlhšie ťažkosti pretrvávajú, tým je šanca na úspešnú adaptáciu nižšia.

V priebehu tohto adaptačného obdobia je vhodné nosiť kontaktné šošovky iba v známom prostredí a pri činnostiach bez zvláštnych zrakových nárokov. Napríklad nie je vhodné šoférovať auto, ak nedošlo k plnému privyknutiu.

Niektorí používatelia kontaktných šošoviek s technikou monovision si na činnosti, keď je pre nich výborné videnie kritické, berú aj okuliare.

- U niektorých používateľov nie je pri použití techniky monovision dosiahnuté nikdy pohodlné videnie pri zhoršených svetelných podmienkach, napríklad pri šoférovaní vozidla v noci. Potom Vám môže byť pre prípad potreby ostrého videnia do diaľky obomi očami odporúčaná prídavná korekcia.
- Rozhodnutie o používaní kontaktných šošoviek technikou monovision je možné iba po konzultácii s očným špecialistom.
- Dodržujte starostlivo všetky inštrukcie, ktoré vám pomôžu pri adaptácii, a konzultujte s očným špecialistom všetky problémy, ktoré v priebehu adaptácie a po nej nastanú.

Ďalšie dôležité informácie

Upozornění:

- Pred odchodom od Vášho očnému špecialistu si musíte byť istí, že ste schopní si šošovky z očí vybrať.
- **NEDOTÝKAJTE SA** kontaktných šošoviek prstami ani rukami, ak nie sú úplne čisté, pretože drobné škrabance na šošovkách môžu spôsobiť nejasné videnie a/alebo poranenie oka.
- So šošovkami vždy zaobchádzajte opatrne a nenechajte ich spadnúť na zem.
- Ak oko sčervená alebo je podráždené, ihneď šošovky vyberte.
- Informujte svojho lekára, že nosíte kontaktné šošovky.
- Pred použitím akýchkoľvek očných kvapiek alebo liekov sa vždy poraďte s očným špecialistom.
- Určité lieky, ako napr. antihistaminiká, uvoľňujúce kvapky, diuretiká, svalové relaxanciá, lieky na upokojenie a proti nevoľnosti, môžu spôsobiť suchosť očí, zvýšenú citlivosť na šošovky alebo neostre videnie. Ak sa stretnete s nejakým problémom, vyhľadajte patričnú lekársku pomoc.
- Ak sa vám do očí dostanú chemikálie, **OKAMŽITE ICH VYPLÁCHNITE VODOU A VYHLADAJTE ODBORNÚ LEKÁRSKU POMOC. AK NEMÔŽETE SKONTAKTOVAŤ SVOJHO OČNÉHO ŠPECIALISTU, OBRÁŤTE SA NA ÚRAZOVÉ ODDELENIE V NAJBLIŽŠEJ NEMOCNICI.**

- Perorálne antikoncepčné prostriedky môžu vyvolať zmeny vo videní a v znášanlivosti kontaktných šošoviek. Ak zistíte tieto zmeny, obráťte sa na svojho očnému špecialistu.
- V záujme dlhodobého bezpečného používania šošoviek sú dôležité pravidelné prehliadky.
- **NIKDY** nedovoľte nikomu inému, aby nosil Vaše šošovky. Sú vybrané tak, aby „sedeli“ na Vaše oči a aby ich správne korigovali. Zdieľanie rovnakých šošoviek s niekým iným výrazne zvyšuje riziko očných infekcií.
- Pre zdravé a pohodlné videnie je dôležité nosiť kontaktné šošovky ACUVUE® podľa odporúčaní očnému špecialistu. Po uplynutí odporúčanej lehoty použitia by mali byť vyhodnené. Táto brožúra slúži na pripomenutie týchto odporúčaní.
- Váš očný špecialista musí byť informovaný o Vašom zdravotnom stave, aby Vám mohol odporučiť kontaktné šošovky a prostriedky na starostlivosť podľa Vašich potrieb.
- Šošovky ACUVUE® predpísané na opakované použitie s programom častej výmeny musíte vyhodiť po odporúčanej dobe nosenia stanovenej Vaším očným špecialistom.
- Pri nosení šošoviek sa vyhýbajte škodlivým alebo dráždivým výparom a dymu.
- Informujte svojho zamestnávateľa o tom, že nosíte kontaktné šošovky, pretože niektoré povolania si môžu vyžadovať ochranné očné pomôcky, prípadne nemusí byť vhodné pri ich výkone kontaktné šošovky používať.
- Ak máte akékoľvek nejasnosti, opýtajte sa svojho očnému špecialistu.

Zhrnutie

Ako pri všetkých typoch kontaktných šošoviek, aj tu existujú základné pravidlá, ktoré je potrebné na ochranu a bezpečnú korekciu Vášho zraku dodržiavať.

- Vždy dodržujte inštrukcie na bezpečné nosenie kontaktných šošoviek, ktoré ste dostali. Pravidelné kontroly sú nevyhnutné na udržanie špičkovej korekcie a zdravého videnia.
- Nevyhnutné je dodržiavanie vysokého hygienického štandardu.
- **NIKDY** nepoužívajte šošovky dlhšie, než určuje odporúčaný rozvrh nosenia.
- **ČISTENIE, OPLÁČNUTIE** a **DEZINFEKCIA** sa musia **NEVYHNUTNE** urobiť po každom vybratí šošoviek, aby mohli byť šošovky opäť nasadené.
- **NIKDY** nepoužívajte opakovane roztok v puzdre na šošovky. Za každým, keď šošovky vyberiete, použite čerstvý roztok.
- Pri problémoch, ako je napr. začervenanie alebo podráždenie oka alebo v prípade rozmazaného videnia šošovky **OKAMŽITE** vyberte a obráťte sa na svojho očnému špecialistu.
- Majte vždy poruke okuliare, aby ste neboli v pokušení mať šošovky na očiach v čase, keď by mali byť vybraté. Aj keď pri korekcii svojho zraku dávate prednosť kontaktným šošovkám, okuliare sú nevyhnutným rezervným doplnkom.

Ako používateľ kontaktných šošoviek ACUVUE® čoskoro spoznáte ich prednosti oproti okuliarom a iným kontaktným šošovkám.

V záujme maximálnej účinnosti je nevyhnutné, aby ste chápali dôležitosť dodržiavania týchto pokynov.

Kontaktné šošovky používajte v súlade s radami očnému špecialistu a radami nachádzajúcimi sa v tejto príručke.

Nepriaznivé reakcie

Všetky nepriaznivé reakcie v súvislosti s nosením kontaktných šošoviek ACUVUE® oznámte bez odkladu svojmu očnému špecialistovi, ktorý ich potom bude hlásiť výrobcovi.

Informácie o aplikovaných šošovkách

Kontaktné šošovky ACUVUE®.

Pravé oko:

Dioptria a zakrivenie

Ľavé oko:

Dioptria a zakrivenie

VYMIENAJTE SVOJE KONTAKTNÉ ŠOŠOVKY PODĽA ODPORÚČANIA SVOJHO OČNÉHO ŠPECIALISTU.

Rozvrh nosenia:

S prípadnými otázkami alebo problémami sa obracajte na svojho očné-
ho špecialistu.

Adresa a telefón Vášho očného špecialistu:

Pre zachovanie zdravia Vašich očí sú dôležité pravidelné kontroly.

Rozpis kontrol:

1	<div style="border: 1px solid blue; width: 100px; height: 20px;"></div>	2	<div style="border: 1px solid blue; width: 100px; height: 20px;"></div>	3	<div style="border: 1px solid blue; width: 100px; height: 20px;"></div>
4	<div style="border: 1px solid blue; width: 100px; height: 20px;"></div>	5	<div style="border: 1px solid blue; width: 100px; height: 20px;"></div>	6	<div style="border: 1px solid blue; width: 100px; height: 20px;"></div>

Vyrobené v:

Miesto výroby je uvedené na kartóne:



Johnson & Johnson Vision Care Inc.
7500 Centurion Parkway
Jacksonville
Florida
32256
USA

IRELAND

Johnson & Johnson Vision Care (Ireland)
The National Technology Park
Limerick
Ireland

Autorizované zastúpenie v EÚ

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

www.acuvue.sk



PIG000317

Pokyny pre nositeľov kontaktných šošoviek –
častá výmena
PIG (Slovensko)
PIG000317

ACUVUE®, ACUVUE® 2®, ACUVUE® Vita™, ACUVUE OASYS® a HYDRACLEAR® sú ochranné známky spoločnosti Janssen Pharmaceutica N.V. © Johnson & Johnson, s. r. o., 2017.

Dátum revízie: august 2017