



ACUVUE®
BRAND CONTACT LENSES

SEE WHAT COULD BE®

**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 a frekvencia výmeny			
	Denné nosenie (s časťou výmenou)	Predĺžené nosenie	Indikátor rub - líc	Roztok nachádzajúci sa v balení
Typ šošoviek a názov				
Sférické kontaktné šošovky ACUVUE®, s UV filtrom a zviditeľňujúcim zafarbením				
kontaktné šošovky ACUVUE® 2®	●	●		1
kontaktné šošovky ACUVUE® ADVANCE® PLUS with HYDRACLEAR®	3	●		2
kontaktné šošovky ACUVUE® OASYS® with HYDRACLEAR® PLUS	3	●		2
kontaktné šošovky ACUVUE® 2® COLOURS®	●	●		1
Kontaktné šošovky ACUVUE® na astigmatizmus, s UV filtrom a zviditeľňujúcim zafarbením				
kontaktné šošovky ACUVUE® ADVANCE® for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR®	3	●		2
kontaktné šošovky ACUVUE® OASYS® for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR® PLUS	3	●		2
Bifokálne kontaktné šošovky ACUVUE® na presbyopiu, s UV filtrom a zviditeľňujúcim zafarbením				
kontaktné šošovky ACUVUE® BIFOCAL	●	●		1

Roztok nachádzajúci sa v balení:

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

Obsah materiálov

- 3 Materiál šošoviek obsahuje silikón a spĺňa požiadavky 1. triedy noriem pre absorpciu UV žiarenia s priepustnosťou menej ako 1 % UVB žiarenia (280-315 nm) a 10 % UVA žiarenia (316-380nm). Všetky ostatné výrobky ACUVUE® spĺňajú požiadavky 2. triedy noriem pre absorpciu UV žiarenia s priepustnosťou menej ako 5 % UVB žiarenia a 50 % UVA žiarenia.

Nasledujúce symboly sa môžu objaviť na blistroch a škatulkách vašich kontaktných šošoviek ACUVUE®.

Symbol	Definícia
	Vyhľadajte informácie alebo pokyny v návode na použitie
	Použiteľné do: (dátum expirácie)
	Kód výrobnéj šarže
	Sterilizované paru alebo suchým teplom
DIA	Priemer
BC	Zakrivenie zadnej plochy (rádius)
D	Dioptria (optická mohutnosť)
	UV filter
	Certifikát kvality EÚ
	Tu odstráňte fóliu
	Poplatky za spracovanie odpadu uhradené
	UPOZORNENIE: obmedzenie predaja a objednávanie na očných špecialistov (iba v USA)
	Údaje o výrobcovi alebo mieste výroby
	„Identifikačná značka“ pre papierové obaly a ďalší obalový materiál
	„Identifikačná značka“ pre kompozitné materiály

Zoznam názvov kontaktných šošoviek - pozrite tabuľku 1

	Indikátor rub - líc: správna orientácia šošovky
	Indikátor rub - líc: nesprávna orientácia šošovky (šošovka je naruby)

Šošovky na astigmatizmus

CYL	Hodnota cylindra	AXIS	Os
Farebné kontaktné šošovky ACUVUE® 2® COLOURS®			
O-BLU	krycia modrá	O-HZL	krycia oriešková
O-GRY	krycia sivá	O-SPH	krycia zafírová
O-GRN	krycia zelená	E-AQU	tónovacia modrozelená
O-HNY	krycia medová	E-BLU	tónovacia modrá
O-CHN	krycia gaštanová	E-GRN	tónovacia zelená

Obsah

Pohodlné a príjemné.....	5
Odporúčaný spôsob použitia.....	6
Rozvrh nosenia.....	7
Kontraindikácie.....	8
Čo by ste mali vedieť, kým začnete šošovky používať.....	9
Nežiaduce reakcie.....	10
Riešenie problémov s kontaktnými šošovkami.....	11
Hygienické postupy.....	12
Rozbalenie kontaktných šošoviek.....	13
Manipulácia so šošovkami pred nasadením.....	14
Nasadenie šošovky na oko.....	15
Centrovanie šošovky.....	16
Ako postupovať pri adhézii (prilepení) šošovky.....	17
Ako postupovať pri vyschnutí (dehydratácii) šošovky.....	17
Vybratie šošovky.....	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 cylD a menej. Kontaktné šošovky ACUVUE* 2* COLOURS* sú navyše určené aj na zväčšovanie alebo úpravy vzhľadu očí.

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

Torické 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.

Bifokálne kontaktné šošovky ACUVUE* na presbyopiu sú určené na denné a predĺžené nosenie a korekciu videnia na diaľku aj na blízko u presbyopických pacientov so zdravými očami, ktorí majú astigmatizmus 1,00 cylD a menej.

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 nesmiete liečiť akýkoľvek váš stav pomocou kontaktných šošoviek alebo očných liekov bez toho, aby ste sa najprv dali vyšetriť vašim 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 skontaktujte 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) by mali byť vyhodnené a nahradené novými, a to každé dva týždne.

Všetky kontaktné šošovky ACUVUE* predpísané na denné nosenie s častou výmenou je potrebné po každom vybratí z oka vyčistiť, opláchnuť a dezinfikovať, a to iba pomocou chemického systému dezinfekcie.

Predĺžené 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. Váš očný špecialista určí, či sú pre vás vhodné kontaktné šošovky na predĺžené nosenie. Ak sú používané týmto spôsobom, netreba ich žiadnym spôsobom čistiť ani dezinfikovať.

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 nevklaďať ďalšiu šošovku do oka počas nočného odpočinku alebo dlhšie.

Kontraindikácie

Nepoužívajte kontaktné šošovky značky ACUVUE® na nosenie pri korekcii zraku, ak máte niektorý z nasledujúcich stavov:

- Zápal alebo infekcia očí, očného okolia alebo očných viečok.
- Akákoľvek choroba, zranenie alebo abnormalita oka, ktorá postihuje očnú rohovku, spojivku alebo viečka.
- Akýkoľvek predtým diagnostikovaný stav, pri ktorom je nosenie kontaktných šošoviek nepohodlné.
- Bolesť suché oči.
- Znížená citlivosť rohovky (hypoestézia rohovky).
- Akákoľvek systémové ochorenie, ktoré môže mať vplyv na oči alebo môže byť zhoršené nosením kontaktných šošoviek.
- Alergické reakcie povrchu oka alebo okolitých tkanív, ktoré môžu byť vyvolané alebo zhoršené používaním roztokov pre kontaktné šošovky.

- Alergia na ktorúkoľvek zložku ako je ortuť alebo Thimerosal, v roztoku, ktorý sa má používať pri starostlivosti o vaše kontaktné šošovky.
- Akékoľvek aktívne infekcie rohovky (bakteriálne, plesňové, prvokové alebo vírusové).
- Ak oči začervenajú alebo sú podráždené.

Na terapeutické použitie vám môže očný špecialista predpísať kontaktné šošovky ako pomoc v procese liečenia niektorých stavov oka, medzi ktoré môžu patriť aj stavy uvedené vyššie.

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 keratitídy je pri predĺženom nosení kontaktných šošoviek väčšie než pri dennom nosení.
- Ak sú šošovky na denné nosenie ponechávané v oku cez noc (v rozpore so schváleným použitím), je riziko ulceratívnej keratitídy vyššie než pri ich používaní predpísaným spôsobom.
- Riziko ulceratívnej keratitídy je možné znížiť starostlivým dodržiavaním pokynov starostlivosti o kontaktné šošovky, vrátane čistenia puzdra.

- Štúdie preukázali, že u fajčiarov používajúcich kontaktné šošovky je riziko ulceratívnej keratitídy vyššie než u nefajčiarov.
- Ak máte problémy s očami, nadmerné slzenie, zmeny videnia, začervenanie očí alebo iné problémy, okamžite vyberte kontaktné šošovky z očí a ihneď kontaktujte vášho očného špecialistu.
- Odporúča sa, aby ste pravidelne navštevovali vášho očného špecialistu podľa pokynov.

Nežiaduce reakcie

Vezmite na vedomie, že pri nosení kontaktných šošoviek môžu nastať tieto problémy:

- Môžu vás začať páliť, pichať a/alebo svrbieť oči.
- Môže dôjsť k nižšiemu komfortu ako pri prvom nasadení šošovky na oko.
- Môžete mať pocit cudzieho telieska v oku.
- Potenciálne môže dôjsť k dočasnému poškodeniu v dôsledku periférnych infiltrácií, periférnych vredov a erózie rohovky. Potenciálne môže dôjsť aj k fyziologickým prejavom ako napríklad lokálny alebo generalizovaný edém, neovaskularizácia rohovky, škvrny na rohovke, injekcia, tarzálna abnormalita, zápal dúhovky a spojiviek, z ktorých sú niektoré klinicky prijateľné v malom rozsahu.
- Môže dôjsť k nadmernému slzeniu, neobvyklej sekrécii z oka a začervenaniu oka.
- Ak nosíte šošovky nepretržite alebo príliš dlho, môže dôjsť aj k zhoršeniu zraku, rozmazanému videniu, dúham alebo svetlým obrysom okolo predmetov, citlivosti na svetlo (fotofóbiu) alebo vysušeniu očí.

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,
- pocit 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, neovaskularizácie alebo iritída. 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 manipuláciou 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.
- O použití šošoviek pri športových aktivitách, predovšetkým pri plávaní a ďalších vodných športoch, sa poraďte so svojim očným špecialistom. Použitie kontaktných šošoviek pri plávaní alebo vo vírivke **môže zvýšiť riziko očnej infekcie.**
- Na správnu manipuláciu, nasadzovanie, snímanie a používanie kontaktných šošoviek vždy dodržiajte pokyny uvedené v tejto brožúre a odporúčania svojho očného špecialistu.
- Nikdy nenoste šošovky dlhšie, ako je predpísané.

Rozbalenie kontaktných šošoviek

Škatuľku otvorte odtrhnutím chlopne prilepenej 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 blistrov 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 blistrom, 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.

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 vykrútiť smerom von.



✓ správne



✗ zle

ALEBO

Položte šošovku na špičku ukazováka a dajte ju mierne nad úroveň očí tak, aby ste sa dívali 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, držíte 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.

NIKY NEPOUŽÍVAJTE VODU Z VODOVODU.

Nasadenie šošovky na oko

1. Pamätajte na to, že pri nasadzovaní by ste mali vždy začínajú pravým okom. Len čo šošovku skontrolujete a zistíte, že je obrátená správnou stranou von, položte ju na špičku ukazováka.
2. Prostredníkom tej istej ruky položte tesne pod spodné mihalnice a odtiahnite 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 svojím 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 vyhodte 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 vyhodte 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.

Upozornenie:

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 odtiahnite 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.

Choroboplodné 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.
- Pri použití sterilných roztokov, ktoré neobsahujú konzervačné látky, ich musíte zlikvidovať po uplynutí obdobia uvedeného v pokynoch.
- **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, poraďte sa so svojim očným špecialistom.
- Kontaktné šošovky pre opakované použitie by mali byť vyhodene po uplynutí odporúčanej doby ich nosenia predpísanej vaším očným odborníkom.

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 odporúčaní výrobcu alebo vášho očného špecialistu.

NIKDY NEPOUŽÍVAJTE NA VYPLACHOVANIE PUZDRA VODU Z VODOVODU.

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 prispôsobiť.

Príznamy 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

Upozornenie

- Pred odchodom od vášho očného 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.
- Pri nosení kontaktných šošoviek, ktoré menia farbu očí, môžete postrehnúť dočasné rozdiely vo vašom videní kvôli prítomnosti farby v šošovkách, a to najmä pri slabom svetle. Ak tieto rozdiely videnia pretrvávajú pri nosení kontaktných šošoviek značky ACUVUE® 2* COLOURS, je dôležité, aby ste sa obrátili na vášho očného špecialistu.
- 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 očného 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 očného 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 vašim očným špecialistom.
- Opýtajte sa svojho očného špecialistu na použitie kontaktných šošoviek pri plávaní a pri ďalších vodných športoch. Kontakt šošoviek s vodou pri plávaní alebo pri pobyte v pare môže **zvyšovať riziko mikrobiálnej infekcie.**
- 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 očného 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 dodržiujte 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, OPLÁCHNUTIE a DEZINFEKCIA** sa musia nevyhnutne urobiť po každom vybratí šošoviek, aby mohli byť šošovky opäť nasadené.
- **NIKDY** nepoužívajte opakovane roztok v puzdre na šošovky. Zakaždým, 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 očného 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 očného 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 je potom bude hlásiť na výrobcu.

Informácie o aplikovaných šošovkách

Kontaktné šošovky ACUVUE®

Pravé oko

Dioptria a zakrivenie (cylinder a os)

Lavé oko

Dioptria a zakrivenie (cylinder a os)

**VYMIENAJTE SVOJE KONTAKTNÉ ŠOŠOVKY PODĽA
ODPORÚČANIA SVOJHO OČNÉHO ŠPECIALISTU.**

Rozvrh nosenia

S prípadnými otázkami alebo problémami sa obracajte na svojho
očného špecialistu.

Adresa a telefón vášho očného špecialistu:

Pre zachovanie zdravia vašich očí sú dôležité pravidelné kontroly.

Rozpis kontrol:

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

Výrobca:

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

Autorizovaný splnomocnenec pre EU

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

www.acuvue.sk



P I G 0 0 0 1 5 0

Pokyny pre nositeľov kontaktných
šošoviek - častá výmena (Slovensko)
PIG000150

©Johnson & Johnson, s.r.o. 2014.

ACUVUE®, ACUVUE® 2®, ACUVUE® 2® COLOURS, ACUVUE®,
ACUVUE® ADVANCE® PLUS™, ACUVUE® OASYS®, HYDRACLEAR®
a SEE WHAT COULD BE® sú ochranné známky spoločnosti Johnson & Johnson, s.r.o