

	T.C. NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HASTANESİ	DOKÜMAN KODU	HB.YD.40
		YAYIN TARİHİ	25.11.2019
		REVİZYON NO	00
	Göz Hastalıkları Anabilimdalı Kontakt Lens kullanım önerileri	REVİZYON TARİHİ	--
		SAYFA NO	1/1

KONTAKT LENS KULLANIM ÖNERİLERİ

- ◆ Lenslerinizi takmadan ve çıkarmadan önce ellerinizi sabun ve su ile iyice yıkayıp durulayınız vekâğıt havlu veya tüy bırakmayan bir havlu ile kurulayınız. Temizlik ve el-yüz hijyeni lens sağlığı için çok önemlidir.
- ◆ Lenslerinizi ve lens kaplarınızı asla çeşme suyu ile yıkamayınız. Çeşme sularından bakteri, mantar ve amip bulaşabilir.
- ◆ Lenslerin gözünüzde takılı olduğu dönemde lens kaplarını kuru ve temiz tutunuz.
- ◆ Lensleriniz ile uyumayınız.
- ◆ Lensleriniz ile denize, havuza, banyoya, saunaya, hamama girmeyiniz.
- ◆ Lens kullanırken kirpikli kenara aşırı makyajdan kaçınınız.
- ◆ Lensleriniz göz yüzeyinde iken kuruluk hissedince üzerine suni gözyaşı damlası damlatabilirsiniz.Tercihen içinde koruyucu madde içermeyen damlaları kullanınız. Lens solüsyonunu gözünüzü nemlendirmek için kullanmayınız, içindeki bakteri karşıtı koruyucu maddeler göz yüzeyini tahriş edebilir. Gözünüze ne olduğunu tam bilmediğiniz eş-dost tavsiyesi damlaları damlatmayınız.
- ◆ Gözünüzde kızarıklık, batma, ağrı, görme bulanıklığı,ışığa karşı hassasiyet, çapaklanma ve aşırı sulanma olur ise lenslerinizi takmayınız, takılı ise hemen çıkartıp vakit geçirmeden hekiminize müracaat ediniz.Unutmayınız ki enfeksiyonlarda erken müdahale çok önemlidir.
- ◆ Lenslerin kullanım süreleri değişiklik göstermektedir. Kullanım süresi ile ilgili doktorunuzdan bilgi alabilirsiniz. Lütfen lensinizi önerilen süreden daha uzun süre kullanarak göz sağlığınızı riske atmayınız.
- ◆ Lens solüsyonlarınızın kullanım sürelerine dikkat ediniz ve kullanım süresi sonunda, bitmemiş de olsa, yeni solüsyona geçiniz. Yeni lens solüsyonu ile birlikte, lens kaplarınızı da değiştiriniz ve yeni lens kabına geçiniz.
- ◆ Farklı marka ve cins lensler aynı değildir. Lensin yapısı, su içeriği, kalınlığı,çapı, eğimi farklıdır ve lensler iklime, çalışma ortamına,göz yapısına göre seçilerek takılır. Uygun lens seçimine ancak deneme ve uygulamalardan sonra karar verilir. Düzgün uygulama olmadan alınıp hiç denenmeden takılan lensler sizin için uygun olmayabilir.
- ◆ Gözünüz için uygun olan lense temizlik kurallarına uyarak ve kullanım sürelerine riayet ederekkullanmanız gözünüzde hasara yol açmadan uzun yıllar lens kullanabilmenizi sağlar.
- ◆ Lens kullanan kişiler şikayetleri olmasa da göz doktorlarına 6 ayda bir periyodik kontrollerini yaptırmalıdır.
- ◆ Türk Oftalmoloji Derneği'nin <https://www.todnet.org/html/todnet.asp?a=kon2> web sayfasından lens kullanımı ile ilgili video ve bilgilere ulaşabilirsiniz. (Web sayfasına ulaşmak için yandaki karekodu kullanabilirsiniz.)

