

## ИНСТРУКЦИЯ по использованию ортокератологических (ночных) линз

### ОБЩЕЕ

Пожалуйста, внимательно прочтите эту инструкцию. Ее создание продиктовано заботой о Вашем здоровье и практической необходимостью.

Ортокератологические линзы (ОК-линзы) предназначены для ночного ношения и исправления аномалий рефракции, а также для контроля миопии у детей.

После подбора ОК-линз потребуются повторные осмотры. Будьте готовы к ним. Пациент обязан приходить на плановые осмотры. График осмотров рекомендуется специалистом.

После первого ночного сна в ОК-линзах, Вы должны приехать на осмотр, обязательно утром не снимая линз и не умываясь. С собой необходимо взять контейнер для линз.

При всех следующих визитах к врачу необходимо приносить ОК-линзы с собой в контейнере для контрольного осмотра и профессиональной очистки, продлевающей срок службы линз.

Соблюдайте гигиенические правила неукоснительно. Прежде чем дотрагиваться до линз, тщательно вымойте руки с мылом, хорошо сполосните и вытрите их бумажным полотенцем.

**Когда Вы не надеваете линзы, хранить их следует без раствора, в сухом виде. Перед использованием линзы нужно обязательно обработать в пероксидном растворе (АО Sept или другой) не менее 6 часов.**

### УСТАНОВКА ЛИНЗ

Все манипуляции с ОК-линзами следует проводить сидя за столом перед зеркалом (чтобы в случае падения линза упала на стол, а не на пол). Желательно на стол постелить бумажную или тканевую салфетку. Начинайте всегда с правой линзы (чтобы не перепутать линзы). Это должно быть правилом. Закапайте увлажняющие капли в оба глаза за 15-30 минут до надевания линз.

Возьмите ОК-линзу из контейнера с раствором и положите на подушечку указательного пальца правой руки, осмотрите ее. Для комфортного надевания **закапайте в линзу стерильный раствор Хлорида натрия из буфуса (5-10 мл), вскрытый буфус может храниться в течение суток.**

Если при надевании линза упала на загрязненную поверхность, рекомендуется продезинфицировать (промыть) линзу многофункциональным раствором, затем смыть многофункциональный раствор стерильным раствором хлорида натрия из буфуса.

Оттяните верхнее веко указательным пальцем левой руки, а нижнее веко средним пальцем правой руки (хорошо удерживайте веки). Смотрите прямо перед собой и поднесите линзу к глазу. Положите линзу точно по центру роговицы в проекции зрачка. Нет необходимости сильно прижимать линзу к глазу, т.к. влажная линза сама притянется к глазу при соприкосновении. Маленькие хитрости: следите за тем, чтобы при постановке линз оба глаза были открыты, не перекрывайте рукой второй глаз, смотрите прямо в зеркало как бы через палец с линзой.

Повторите то же с левой линзой.

Вылейте раствор из контейнера, оставьте открытым на ночь для просушивания.

Находитесь в надетых ОК-линзах 5-10 минут, оценивая свои ощущения. Дискомфорт не должен быть сильным. В случае адекватных ощущений можно ложиться спать, в случае дискомфорта линзы необходимо переодеть.

### СНЯТИЕ ЛИНЗЫ

После сна обязательно закапайте увлажняющие капли в каждый глаз и убедитесь в подвижности линз. Для этого надо приложить указательный палец к краю нижнего века и веком легко подвигать линзу. Она должна свободно перемещаться по глазу. Если этого не происходит, закапайте еще раз увлажняющие капли и добейтесь подвижности линзы. И только после этого приступайте к снятию Ваших линз. Это очень важно!

Первый способ – присоской. Капните на присоску стерильный раствор хлорида натрия (влажная присоска лучше фиксируется на линзе), затем широко откройте глаз, поставьте присоску на линзу и аккуратно потяните вниз. Линза останется на присоске. С присоски линза снимается вбок, чтобы не сломать линзу.

Есть и другой способ снять ОК-линзы. Для этого также с помощью увлажняющих капель добейтесь хорошей подвижности линз. Затем указательным пальцем левой руки прижмите верхнее веко к верхнему краю линзы и зафиксируйте ее. Указательный палец правой руки прижмите к краю нижнего века и веком попытайтесь поддеть линзу. Как только воздух пройдет под ОК-линзу, она легко выпадет из глаза. Делайте все это также над мягкой поверхностью, чтобы не повредить линзу. Чтобы не перепутать линзы, начинайте всегда снимать с правого глаза и сразу же складывайте снятую линзу в правую ячейку контейнера. Старайтесь не пользоваться присоской для снятия линз, т.к. если линза не вполне подвижна, ею можно повредить поверхностные эпителиальные клетки роговицы.

### ЦЕНТРИРОВАНИЕ ЛИНЗЫ

При постановке Ночных линз на глаза, рефлекторно выделяются слезы. Поэтому в первые минуты линзы «плавают» и могут неточно соответствовать центру глаза. Это нормально. Когда Вы закроете глаза, слеза перестанет выделяться и ОК-линза сама «найдет» правильное положение.

Если же ОК-линза значительно сместилась с роговицы, линзу можно центрировать, аккуратно перемещая ее через веко на роговицу. Часто эта манипуляция вызывает неприятные ощущения и таким образом можно травмировать роговицу. Лучший выход в случае смещения линзы - снять линзу, сполоснуть стерильным раствором хлорида натрия и надеть снова.

## УХОД ЗА ОК-ЛИНЗАМИ

Ночные ОК линзы надеваются на время ночного сна! Линзы должны быть чистыми и стерильными! Важно чтобы линзы были тщательно продезинфицированы! Для ухода за ОК линзами рекомендуются пероксидные системы (АО Sept и др.), стерильный физ. раствор хлорида натрия в буфусах, а также очистители (Дельта или Бостон). Обработка линз очистителем производится 1 раз в неделю (или чаще по рекомендации офтальмолога).

### **НИКОГДА НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ВОДУ ДЛЯ ОБРАБОТКИ НОЧНЫХ ЛИНЗ!!!**

Ежедневную обработку линз проводят утром после снятия. На линзе после ночного сна остаётся слизь или слезная плёнка. Линзу необходимо обработать: на снятую линзу капните стерильный физ. раствор, аккуратно потрите между пальцами и промойте стерильным физ. раствором из буфуса, затем погрузите линзы в контейнер с пероксидным раствором на 6 часов. В некоторых случаях для промывания линз можно использовать многофункциональный раствор (по рекомендации офтальмолога).

Обработка очистителем 1 раз в неделю: на снятую линзу капните 1 каплю очистителя и в течение 30 секунд аккуратно и легко потрите линзу между подушечками пальцев. Старайтесь равномерно обработать всю поверхность линзы. Особое внимание уделяйте внутренней поверхности. Затем тщательно смойте очиститель стерильным раствором хлорида натрия из буфуса (1-2 буфуса на линзу). Следите за тем, чтобы на руках и на линзе не осталось очистителя. Он может вызвать аллергическую реакцию. Тщательно промытую линзу положите в специальный контейнер, наполненный пероксидным раствором (АО Sept или др.). Пероксидный раствор – это 3% раствор перекиси водорода. **Время обработки линз в перексидной системе не менее 6 часов. Только по истечении 6 часов можно надевать линзы на роговицу. Пероксидный раствор нельзя использовать для промывания и споласкивания линз! С каждым новым флаконом необходимо использовать новый контейнер!**

При всех манипуляциях с линзами будьте внимательны и осторожны, чтобы не потерять их. Также не царапайте линзы ногтями, не прикасайтесь ногтями к краям линз (это приводит к появлению насечек и отламыванию края линзы). При манипуляциях с линзами не перемещайте их по поверхности контейнера и стола. Лучше всего поднимать линзу, «приклеивая» её к влажной мягкой подушечке пальца.

После перерыва в использовании ОК-линзы необходимо перед новым надеванием выдержать их в пероксидном растворе 6 часов.

### **ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ**

1. Если при надевании линз Вы почувствовали: заметный дискомфорт, избыточное слезотечение, боль, зуд немедленно снимите ОК-линзы и тщательно промойте их стерильным физ. раствором хлорида натрия из буфуса. Если симптомы не исчезают, линзы надевать **НЕЛЬЗЯ**. Если при таких симптомах лечь спать, линзы при закрытых глазах быстро перестанут двигаться, глаз их ощущать не будет и линза нанесет травму роговице. В неблагоприятной ситуации такая травма может осложниться инфекцией, возникнет серьезное осложнение – **КЕРАТИТ**.
2. Будьте внимательны к своим ощущениям! **Если появились следующие жалобы:** боль, слезотечение, светобоязнь, покраснение глаз, гнойное отделяемое, **линзы надевать нельзя и необходимо как можно быстрее связаться с нами по телефону. Экстренная связь с пациентами осуществляется по телефону 8-922-211-17-78 (круглосуточно) или по телефонам клиники в рабочее время.**
3. **НЕЛЬЗЯ НОСИТЬ ОК-ЛИНЗЫ ВО ВРЕМЯ ОРЗ И ДРУГИХ ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЙ ДО ПОЛНОГО ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ!!!**
4. Если по утрам в уголках глаз скапливается слизистое отделяемое, нужно провести лечение, так как слизь мешает линзе центрироваться и снижает зрительный эффект.
5. **В начале ношения ОК-линз необходимый эффект достигается постепенно в течение недели (сроки индивидуальны).** В эти дни возможны адаптационные симптомы: нечеткое зрение, двоение, ухудшение зрения в сумерках, дискомфорт и др. Если Вы не надели ОК-линзы на ночь, то возврат близорукости будет постепенным. На этот период вам могут потребоваться однодневные контактные линзы или слабые очки (о деталях спрашивайте у врача).
6. Всегда имейте достаточный запас средств для ухода за линзами. **Не заменяйте растворы на другие без консультации с Вашим офтальмологом.**
7. Старайтесь не ронять линзы на твердую поверхность и не касайтесь их ногтями, это приводит к появлению царапин, трещин и сколов края. **Ортокератологические линзы изготовлены из тонкого высокоокислородного материала, категорически не допускается давление на линзы и сжатие их между пальцами, с присоски линзы снимаются только путём скольжения вбок, при неправильных манипуляциях с ОК линзами возможны их механические повреждения. В таких случаях пациент приобретает новые линзы.**  
**Повреждённые и сломанные линзы запрещается надевать на глаз, это опасно для здоровья и зрения.**

**Желаем Вам удачи и отличного зрения!**

**Я проинструктирован в отношении техники ухода и использования линз и полностью несу ответственность за нарушение правил этой техники, а также этой инструкции.**

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
подпись / расшифровка