

Conseils

Si le port de lentilles de contact est nouveau pour vous, vous vous demandez probablement à quoi vous attendre. Ces conseils vous aideront à vous habituer à vos lentilles de contact.

Commencez à chaque fois par le même œil

Quand vous posez vos lentilles de contact, commencez à chaque fois par le même œil. Vous atténuez le risque de vous tromper de lentille. Tout comme vos chaussures, vos lentilles de contact gauche et droite sont différentes.

Prenez tout le temps qu'il vous faut

Allez-y lentement et suivez notre guide. Cela peut prendre un certain temps au début, mais, comme pour toute nouvelle activité, plus vous la pratiquez, plus elle devient simple. Bientôt vous serez en mesure de poser et retirer vos lentilles de contact sans y penser.

Consultez les informations de soins

Consultez les informations importantes comme la date d'expiration sur la notice accompagnant vos lentilles. Ne portez pas de lentilles de contact périmées et ne les portez pas plus longtemps que ne le recommande votre spécialiste de la vision.

Si vos yeux sont douloureux, laissez vos lentilles dans leur boîtier

Si vous vous sentez mal, ou si vos yeux sont rouges et douloureux, ne portez pas vos lentilles. Portez vos lunettes à la place.

Évitez tout contact avec l'eau

L'eau du robinet, les piscines, les saunas et la mer augmentent le risque d'infection oculaire de façon significative. Pour évitez

ces risques ne portez pas vos lentilles ou protégez vos lentilles avec des lunettes de plongée.

Gardez vos lunettes sur vous

En tant que nouvel utilisateur, vous pouvez avoir besoin de temps pour vous habituer au port des lentilles. Alors, gardez vos lunettes avec vous. Ne vous inquiétez pas, vos yeux s'adapteront rapidement et vous serez bientôt en mesure de profiter de la liberté qu'offrent les lentilles de contact sur de plus longues périodes.

Ne portez jamais une lentille endommagée

Si vous constatez des dommages, comme une déchirure ou une séparation, sur une de vos lentilles, n'essayez pas de la porter. Demandez leur remplacement à votre spécialiste de la vision.

Suivez les conseils de votre spécialiste de la vision.

Remplacez vos lentilles dans les délais et pensez à prendre un rendez-vous de suivi comme le recommande votre spécialiste de la vision.

Posez toutes vos questions à votre spécialiste de la vision.

Votre spécialiste de la vision est le mieux placé pour vous aider si vous avez des questions.

Contact

T: 0800 99809 (BE) ou +32 (0)4 240 6346

W: www.coopervision.be

First Lens

Vous aide à profiter de vos nouvelles lentilles de contact mensuelles.

Bienvenue chez First Lens

Merci d'avoir choisi les lentilles de contact. Vous rejoignez les millions d'autres porteurs de lentilles libérés de l'emprise des lunettes.

Nous accompagnons tous les porteurs de lentilles de contact, qu'ils les portent pour la première fois ou qu'ils y soient habitués depuis longtemps. Le programme de soutien First Lens a été créé pour cela.

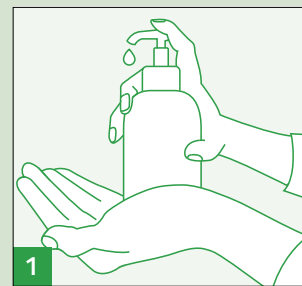
Dans ce dépliant, vous trouverez un guide utile pour poser correctement et retirer vos lentilles ainsi que quelques trucs et astuces pratiques. Notre objectif est de vous aider à maîtriser les techniques correctes pour nous assurer que vous profiterez de tous les avantages de vos nouvelles lentilles de contact.

REGARDEZ LE GUIDE VIDÉO

Scannez le code QR pour regarder notre guide de pose et de retrait des lentilles de contact en vidéo. Vous pouvez également visiter notre site www.coopervision.be/fr/firstlens

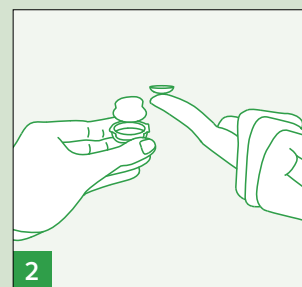


Application



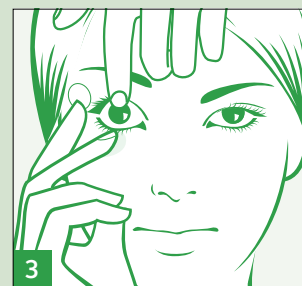
Étape 1. Lavez-vous et séchez-vous les mains

- Avant de manipuler vos lentilles de contact, lavez-vous les mains en utilisant un savon ordinaire antibactérien sans crème hydratante ni parfum et rincez-les bien
- Séchez-les soigneusement avec une serviette non pelucheuse



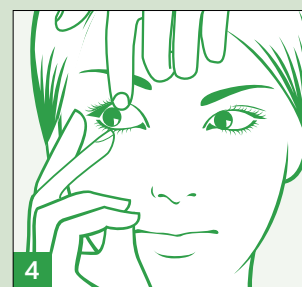
Étape 2. Préparez vos lentilles de contact

- Sortez vos lentilles de l'emballage blister, une à la fois
- Placez la lentille sur le bout de l'index, la forme concave vers le haut. Si le bord de la lentille présente une courbe notable vers l'extérieur, la lentille est à l'envers, assurez-vous alors de la retourner dans la bonne position.



Étape 3. Appliquez vos lentilles de contact

- Ouvrez la paupière supérieure en maintenant le plus près et le plus au centre possible de la ligne des cils
- Ouvrez la paupière inférieure
- Concentrez votre deuxième œil sur un point fixe
- Lentement et doucement, appliquez la lentille sur l'iris.



Étape 4. Vérifiez et confirmez

- Une fois que la lentille de contact est en place, éloignez lentement votre index de l'œil
- En maintenant les paupières ouvertes, faites tourner votre œil pour retirer les bulles d'air
- Retirez vos doigts de votre paupière, clignez doucement de l'œil pour assurer que la lentille de contact est bien en place.

IMPORTANT : Assurez-vous toujours de bien rincer votre étui de rangement de lentilles de contact avec une solution pour lentilles de contact ET NON de l'eau de robinet, après chaque utilisation. Après avoir rincé votre étui, laissez-le ouvert et rangez-le à l'envers dans un endroit propre et sec.

Retrait



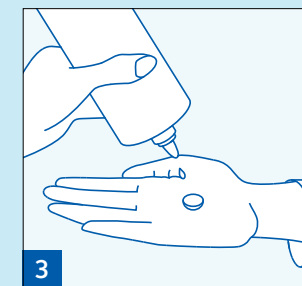
Étape 1. Lavez-vous et séchez-vous les mains

- Lavez-vous bien les mains avec un savon ordinaire antibactérien sans crème hydratante ni parfums et rincez-les bien.
- Séchez-les soigneusement avec une serviette non pelucheuse.



Étape 2. Retirez vos lentilles de contact

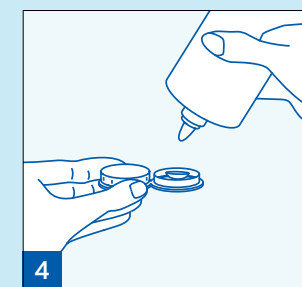
- Baissez le menton et regardez dans un miroir.
- Vérifiez que la lentille repose bien sur l'iris.
- En regardant dans le miroir, faites glisser doucement la lentille vers le bas sur la partie blanche de l'œil.
- Avec le pouce et l'index, pincez doucement la lentille pour la retirer de l'œil.



Étape 3. Nettoyez et désinfectez vos lentilles de contact

Pour votre sécurité et votre confort, vos lentilles réutilisables doivent être nettoyées et désinfectées tous les jours après avoir été portées.

- Placez la lentille dans la paume de votre main avec quelques gouttes de solution pour lentilles de contact.
- Frottez la lentille d'avant en arrière avec le petit doigt pendant 15 secondes.
- Retournez la lentille et répétez l'opération de l'autre côté.
- Enfin, rincez la lentille avec quelques gouttes de solution supplémentaires.



Étape 4. Rangez vos lentilles de contact

- Placez vos lentilles de contact dans votre étui de rangement de lentilles.
- Remplissez l'étui avec la solution d'entretien prescrite pour vos lentilles ; ne mélangez jamais une solution utilisée avec une solution inutilisée.
- Vissez le couvercle de l'étui et rangez-le dans un endroit sûr.
- Répétez les étapes 2, 3 et 4 pour le deuxième œil.

Votre étui de rangement pour lentilles de contact doit être remplacé au moins tous les trois mois.