



10 dagliga råd till nya kontaktlinsanvändare

1. Tvätta alltid händerna innan du hanterar linserna.
2. Se till att linserna är fria från skador och repor innan du sätter i dem.
3. Börja alltid med samma öga när du sätter i eller tar ut linserna.
4. Använd en linsbehållare tydligt märkt med "R" och "L" så att du inte förväxlar linserna.
5. Använd alltid lämplig linsvätska för rengöring, desinficering och förvaring av linserna. Använd aldrig vatten.
6. Kom ihåg att rengöra och desinficera linserna med linsvätska innan du sätter i dem – varje gång. Följ noga anvisningarna för linsvätskan.
7. Alla kontaktlinser är inte godkända för utökad användning eller användning över natten. Rådgör med din optiker för att få information om vilken bärtid som ordinerats för dig.
8. Använd aldrig linserna längre tid än vad din optiker rekommenderat.
9. Ignorera aldrig obehag. Ta ut linserna och kontrollera om de är skadade eller repade. Rengör och desinficera dem innan du sätter i dem igen. Kontakta din optiker om det fortfarande känns konstigt.
10. Ha med dig glasögonen. Du vet aldrig när du kanske vill ge ögonen en vila från kontaktlinserna.

Vill du lära dig mer om hur du sätter i och tar ut linserna, hur du sköter dem och vad du som linsanvändare kan förvänta dig? Gå in på coopervision.se/nya-kontaktlinsanvandare.

