

# Anleitung zum **Aufsetzen** formstabiler Kontaktlinsen

1.



## Hygiene

Grundsätzlich gilt vor jeder Handhabung: Hände gründlich mit Seife waschen, gut abspülen und mit einem fusselfreien Tuch abtrocknen.

2.



## Vorbereitung

Immer mit der gleichen Seite beginnen, um Verwechslungen zu vermeiden. Die Linse aus dem Aufbewahrungsbehälter nehmen und mit **MeniCare Pure** abspülen.

3.



## Kontaktlinsen aufsetzen

Die Kontaktlinse auf die Spitze des Zeigefingers der Lieblingshand legen und mit **MeniCare Pure** füllen.

Den Kopf über den Spiegel beugen. Mit dem Mittelfinger der Lieblingshand den Lidrand des Unterlides nach unten ziehen.



Mit dem Zeige- oder Mittelfinger der anderen Hand das obere Augenlid nach oben ziehen. Die Kontaktlinse auf das Farbige im Auge setzen. Dann langsam zuerst das Oberlid loslassen und danach das Unterlid.



**TIPP:** Um sicherzugehen, dass die Linse auf dem Auge ist, einfach das Gegenauge zuhalten und die Sicht überprüfen.

# Anleitung zum **Absetzen** formstabiler Kontaktlinsen

1.



## Hygiene

Grundsätzlich gilt vor jeder Handhabung: Hände gründlich mit Seife waschen, gut abspülen und mit einem fusselfreien Tuch abtrocknen.

2.



## Absetzen der Kontaktlinse

### Methode 1 – Sauger:

Den Sauger zwischen Daumen und Zeigefinger am grünen Teil greifen.

Das Unterlid wie beim Aufsetzen am Lidrand nach unten ziehen.

Danach das obere Augenlid hochziehen.

Den Sauger mittig auf die Kontaktlinse setzen und vom Auge wegziehen. Die Kontaktlinse durch Druck auf den weißen Teil des Saugers vorsichtig vom Sauger lösen.



### Methode 2 – Blinzeln:

Eine geöffnete Hand unter das Auge halten, um die Kontaktlinsen aufzufangen.

Den Kopf etwas nach vorne neigen und den Zeigefinger mit leichtem Druck an den äußeren Augenwinkel legen.

Das Auge weit öffnen, die Lider nach außen ziehen und gleichzeitig blinzeln.

Die Lidkanten drücken die Kontaktlinse nach vorne, sie fällt in die offene Hand.



### Methode 3 – Lider aufeinander schieben:

Den Kopf leicht nach unten neigen. Zeigefinger der Lieblingshand auf die Unterlidkante legen, den Zeigefinger der anderen Hand auf die Oberlidkante.

Das Auge weit öffnen, mit den Fingern leichten Druck auf die Lider ausüben und die Lider aufeinander zu bewegen. Die Kontaktlinse hebt sich dadurch vom Auge ab.