



DAGBRUK  
(HYPPIG BYTTE)  
DØGNBRUK

PASIENT-  
VEILEDNING






ACUVUE®  
BRAND CONTACT LENSES

SEE WHAT COULD BE®

CE

0086

Denne norske brukerveiledningen gjelder for følgende ACUVUE® Brand Contact Lenses som er individuelt oppført i **Tabell 1** nedenfor, og som omtales slik med mindre annet er angitt.

Tabell 1	Tiltent bruk og brukstid			
	Anvendelse Dagtid – Hyppig bytte	Anvendelse Døgnbruk	Indikator for rett/vrang	Pakningsvæske
ACUVUE® Brand Spherical Contact Lenses – Håndteringsfarget med UV-beskyttelse				
ACUVUE® 2® Brand Contact Lenses	●	●	 O.K.	1
ACUVUE® ADVANCE® Brand Contact Lenses with HYDRACLEAR®	3	●	 O.K.	2
ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses with HYDRACLEAR® PLUS	3	●	 O.K.	2
ACUVUE® Vita™ Brand Contact Lenses	3	●	 O.K.	2
ACUVUE® Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM – Håndteringsfarget med UVbeskyttelse				
ACUVUE® ADVANCE® Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR®	3	●		2
ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR® PLUS	3	●	●	2
ACUVUE® Brand Contact Lenses for PRESBYOPIA – Håndteringsfarget med UVbeskyttelse				
ACUVUE® BIFOCAL Brand Contact Lenses	●	●	 O.K.	1
ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses for PRESBYOPIA with HYDRACLEAR® PLUS	3	●	●	2















## Pakningsvæske

- 1 Bufret saltvann.
- 2 Bufret saltvann med metyletercellulose.

## Materialinnhold

- 3 Materialet i lensene inneholder silikon og tilfredsstillende klasse 1 UVabsorberende standard med transmissibilitet på mindre enn 1 % UVB (280-315 nm) og 10 % UVA-stråling (316-380 nm). Alle andre ACUVUE® produkter tilfredsstillende klasse 2 UV-absorberende standard med transmissibilitet på mindre enn 5 % UVB og 50 % UVA-stråling.

**Følgende symboler kan forekomme på etiketten eller esken med ACUVUE® Brand Contact Lenses.**

Symbol	Definisjon	Symbol	Definisjon
	Se bruksanvisningen	<b>MID</b>	"Middels" nær ADD (+1,50 til +1,75 ADD)
	Tilvirket av eller i	<b>HGH</b>	"Høy" nær ADD (+2,00 til +2,50 ADD)
	Produksjonsdato	<b>CE 0086</b>	Kvalitetssystemets sertifiseringssymbol
	Brukes innen (utløpsdato)	 	UV-filter
<b>LOT</b>	Lotnummer		UV Blocking
	Sterilisert med damp eller tørr varme		Avgift for avfallshåndtering betalt
<b>DIA</b>	Diameter		Merk: I henhold til føderal lov i USA skal dette produktet kun selges av, eller etter ordinasjon, fra en autorisert kontaktilinsetilpasser.
<b>BC</b>	Krumning		Linsen rett vei
<b>D</b>	Dioptri (linsestyrke)		Linsen feil vei (innside ut)
<b>CYL</b>	Sylinderstyrke		"ID-merke" for papirbeholdere og emballasje
<b>AXIS</b>	Akse		"ID-merke" for komposittmateriale
<b>MAX ADD</b>	Høyeste nær-addisjon som kan korrigeres		
<b>LOW</b>	"Lav" nær ADD (+0,75 til +1,25 ADD)		

## **Innhold**

Introduksjon .....	<b>5</b>
Tiltenkt bruk .....	<b>6</b>
Brukstid .....	<b>7</b>
Kontraindikasjoner .....	<b>8</b>
Advarsel - Hva du bør vite om bruk av kontaktlinser .....	<b>9</b>
Bivirkninger .....	<b>10</b>
Sikkerhetsjekk .....	<b>11</b>
Rutine for god hygiene .....	<b>12</b>
Linsepakningen .....	<b>13</b>
Sette inn linsene .....	<b>14</b>
Plassering av linsen på øyet .....	<b>15</b>
Sentrering av linsen .....	<b>16</b>
Hvis en linse kleber seg til øyet (ikke beveger seg) .....	<b>17</b>
Uttørket (dehydrert) linse .....	<b>17</b>
Uttak av linsene .....	<b>17</b>
Vedlikehold av linsene .....	<b>18</b>
Vedlikehold av linseetuiet .....	<b>20</b>
Hvis du går tom for linser .....	<b>20</b>
Monosyn-korreksjon .....	<b>21</b>
Annen viktig informasjon .....	<b>22</b>
Oppsummering .....	<b>24</b>
Rapportering av bivirkninger .....	<b>25</b>
Det du har fått foreskrevet .....	<b>25</b>

## Introduksjon

Gratulerer! Nå er du blant de mange tusen personene rundt om i verden som kan benytte deg av de behagelige og brukervennlige ACUVUE® Brand Contact Lenses fra Johnson & Johnson Vision Care, verdens ledende produsent av kontaktlinser.

ACUVUE® Brand Contact Lenses er myke, tynne og fleksible. Dette gjør dem behagelige helt fra begynnelsen og tillater oksygen til øynene, noe som bidrar til at de forblir friske og sunne. De har også UV-beskyttelse som hjelper til med å beskytte øynene mot skadelig ultrafiolett (UV) stråling.

Det måtte et produksjonsteknologisk gjennombrudd til for å utvikle en linse av så høy kvalitet som ACUVUE® Brand Contact Lenses, men som likevel var såpass rimelig at den kunne byttes regelmessig.

Som alle kontaktlinser er ACUVUE® Brand Contact Lenses medisinske produkter. Kontinuerlig og regelmessig kontroll av øynene hos din linsetilpasser er svært viktig for å ta vare på både øyehelsen og synet ditt på lang sikt.

## Tiltenkt bruk

**ACUVUE® Spherical Brand Contact Lenses** er beregnet til dagbruk for optisk korrigerende av refraktive feil, myopi (nærsynthet) og hypermetropi (langsynthet) hos personer med friske øyne med en astigmatisme på 1,00 D eller mindre.

ACUVUE® 2® og ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses with HYDRACLEAR® PLUS kan også brukes på dagbasis eller døgnbasis.

**ACUVUE® Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM** er beregnet til dagbruk for optisk korrigerende av refraktive feil, myopi (nærsynthet) og hypermetropi (langsynthet) hos personer med friske øyne med astigmatisme.

ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR® PLUS kan også brukes på dagbasis eller døgnbasis.

**ACUVUE® Brand Contact Lenses for PRESBYOPIA** er beregnet til dagbruk eller døgnbruk for optisk korrigerende av refraktive feil, myopi (nærsynthet) og hypermetropi (langsynthet) hos personer med friske øyne med en astigmatisme på 0,75 D eller mindre.

ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses er også beregnet til terapeutisk bruk som en bandasjelinse ved visse lidelser i øyet.

Kontakt din linsetilpasser for å få mer informasjon. Du bør aldri behandle deg selv med en kontaktlinse eller med øyemedisiner uten først å ha blitt undersøkt av din linsetilpasser.

Alle ACUVUE® Brand Contact Lenses har UV-beskyttelse som hjelper til å beskytte mot transmisjon av skadelig UV-stråling i hornhinnen og inn i øyet.

**ADVARSEL:** UV-absorberende kontaktlinser skal **IKKE** brukes som erstatning for beskyttende UV-absorberende briller/solbriller, fordi de ikke dekker hele øyet og området rundt. Du må fortsette å bruke UV-absorberende briller/solbriller slik du har fått beskjed om.

**Merk:**

Langvarig eksponering for UV-stråling er en av risikofaktorene forbundet med grå stær. Eksponeringen er basert på en rekke faktorer, f.eks. miljøforhold (høyde over havet, geografisk plassering, skydekke) og personlige forhold (omfanget og typen av utendørsaktiviteter). Kontaktlinser med UV-beskyttelse hjelper til å beskytte mot skadelig UV-stråling. Det er imidlertid ikke utført kliniske studier for å demonstrere at bruk av kontaktlinser med UV-beskyttelse reduserer risikoen for å utvikle grå stær eller andre øyesykdommer. Kontakt din linsetilpasser for å få mer informasjon.

## **Brukstid**

Din linsetilpasser bør fastsette riktig brukstid og byttefrekvens basert på din historie og på undersøkelse av dine øyne.

### **Dagbruk (hyppig byttefrekvens)**

ACUVUE® Brand Contact Lenses som er foreskrevet til dagbruk med hyppig byttefrekvens (mindre enn 24 timer, i våken tilstand), skal kastes og byttes annenhver uke.

ACUVUE® Vita™ Brand Contact Lenses som er foreskrevet til dagbruk med hyppig byttefrekvens (mindre enn 24 timer, i våken tilstand), skal kastes og byttes hver fjerde uke.

Alle ACUVUE® Brand Contact Lenses som er foreskrevet til dagbruk med hyppig byttefrekvens, skal rengjøres, skylles og desinfiseres hver gang linsen tas ut. Det må kun brukes kjemisk desinfisering.

## **Døgnbruk**

ACUVUE® Brand Contact Lenses som er foreskrevet til døgnbruk (mer enn 24 timer, inkludert under søvn) – se **tabell 1** – kan brukes kontinuerlig inntil 7 dager / 6 netter og skal kastes når de er tatt ut. Din linsetilpasser vil avgjøre om du er egnet til døgnbruk før lensene brukes på denne måten. Når de brukes på denne måten, er rengjøring og desinfisering unødvendig.

Det anbefales at du først starter med linser på dagbasis. Dersom dette er vellykket, kan døgnbruk introduseres gradvis slik din linsetilpasser har fastsatt.

Når linsen er tatt ut, anbefales det at den forblir ute av øyet over natten eller lenger slik at øyet får en hvileperiode.

## **Kontraindikasjoner**

Ikke bruk ACUVUE® Brand Contact Lenses til synskorrigerende når du har en eller flere av følgende tilstander:

- Inflammasjon eller infeksjon i eller rundt øyet eller øyelokkene.
- En øyesykdom, skade eller tilstand som påvirker hornhinnene, konjunktiva eller øyelokkene.
- En tidligere diagnostisert tilstand som gjør kontaktlinsebruk ukomfortabelt.
- Alvorlig tørt øye.
- Redusert korneal sensitivitet (korneal hypoestesi).
- En systemisk sykdom som kan påvirke øyet eller bli forverret ved bruk av kontaktlinser.
- Allergiske reaksjoner på øyets overflater eller omliggende vev som kan induseres eller forverres ved bruk av kontaktlinsevæsker.



- Allergi mot innholdsstoffer som kvikksølv eller thimerosal i en kontaktlinsevæske som brukes til vedlikehold av dine kontaktlinser.
- En aktiv hornhinneinfeksjon (bakteriell, sopp, protozo eller viral).
- Hvis øynene blir røde eller irriterte.

Til terapeutisk bruk kan det hende at din linsetilpasser foreskriver kontaktlinser til deg for å hjelpe helingsprosessen ved visse okulære sykdommer, inkludert de som er nevnt over.

### **Advarsler – hva du bør vite om bruk av kontaktlinser**

Det er svært viktig at du følger linsetilpasserens instruksjoner om riktig bruk av kontaktlinser. Du må være oppmerksom på følgende advarsler som gjelder for bruk av kontaktlinser:

- Problemer med kontaktlinser eller kontaktlinseprodukter kan føre til alvorlig øyeskade. Riktig bruk og vedlikehold av kontaktlinser og kontaktlinseprodukter, inkludert linseetuiet, er helt avgjørende for at disse produktene skal være trygge å bruke<sup>†</sup>.
- Øyeproblemer, inkludert sår på hornhinnen, kan utvikle seg raskt og føre til synstap.
- Studier har vist at risikoen for ulcerøs keratitt er større ved døgnbruk enn ved dagbruker av kontaktlinser.
- Når dagbrukere av kontaktlinser bruker disse døgnet rundt (lengre tid enn de er godkjent for), er risikoen for ulcerøs keratitt større enn hos dem som ikke bruker linsene om natten.
- Risikoen for ulcerøs keratitt kan reduseres ved å følge retningslinjene for stell av linsene nøye. Dette omfatter også rengjøring av linseetuiet.

<sup>†</sup> New England Journal of Medicine, September 21, 1989, 321 (12), pp 773-783.

- Studier har vist at risikoen for ulcerøs keratitt blant kontaktlinsebrukere som røyker, er større enn hos ikkerøykere
- Hvis du opplever ubehag, økt tåring, synsforandringer, rødhet i øynene eller andre problemer, bør du ta ut linsene umiddelbart og straks kontakte din kontaktlinsetilpasser.
- Det anbefales at du oppsøker din kontaktlinsetilpasser rutinemessig slik du er anbefalt.
- Eksponer ikke kontaktlinser for vann ved svømming, annen vannsport eller under bading ettersom det kan øke risikoen for alvorlig øyeinfeksjon forårsaket av mikroorganismer, som kan før til tapt syn. Om linsene har blitt utsatt for vann skal pasienten kassere dem og erstatte dem med ett nytt par. Øyespesialisten skal bli konsultert for anbefalinger som gjelder bruk av linser under samtlige aktiviteter som omfatter vann.

## Bivirkninger

Vær oppmerksom på at følgende problemer kan oppstå ved bruk av kontaktlinser:

- Dine øyne kan brenne, svi og/eller klø.
- Det kan være dårligere komfort enn når linsen først ble satt på øyet.
- Det kan være en følelse av noe på øyet.
- Det kan oppstå enkelte midlertidige skader som følge av perifere infiltrater, perifere hornhinnesar og hornhinneerosjoner. Det kan muligens forekomme andre fysiologiske observasjoner, slik som lokale eller generelle ødem, karinnvekst i hornhinnen, farging av hornhinnen, injeksjon, tarsale abnormaliteter, iritt og konjunktivitt, hvorav noe av dette er klinisk akseptabelt i mindre omfang.
- Det kan forekomme økte tåring, uvanlig øyesekresjon eller rødhet i øyet.

- Dårlig syn, uklart syn, regnbuer eller haloer rundt objekter, lysfølsomhet (fotofobi) eller tørre øyne kan også forekomme dersom dine linser brukes kontinuerlig eller for lenge om gangen.

### **Sikkerhetssjekk**

Du bør utføre en enkel egenundersøkelse minst en gang om dagen.

Still deg selv følgende spørsmål:

1. Hvordan føles linsene på øynene?
2. Hvordan ser øynene mine ut?
3. Ser jeg fortsatt godt?

Du må ta ut linsen med det samme hvis du opplever noen av følgende problemer:

- Kløe, sviende eller stikkende følelse i øyet.
- En følelse av at du har noe i øyet.
- Svært rennende øyne, uvanlig sekresjon fra øynene eller røde øyne.
- Uklart syn, regnbuer eller haloer rundt gjenstander. Tørre øyne kan oppstå hvis du bruker linsene kontinuerlig eller for lenge om gangen.
- Linsen føles mindre behagelig enn den gjorde da den først ble satt inn.

Hvis ubehaget eller problemer blir borte når du tar ut linsen, må du undersøke linsen grundig med tanke på skade, smuss eller fremmedlegemer. Kast linsen og sett inn en ny.

Hvis problemet vedvarer, tar du ut den nye linsen og oppsøker linsetilpasseren med det samme.

Symptomene over kan være en indikasjon på en alvorlig tilstand, som for eksempel en infeksjon, sår på hornhinnen, karinnvekst eller iritt. Det er viktig med rask fastsettelse av diagnose og igangsetting av behandling for å unngå alvorlig skade på øynene.

**HUSK – SYMPTOMER ER VARSELSIGNALER. TA UT LINSENE HVIS DU ER I TVIL.**

## Rutine for god hygiene

### Klargjøring av linsen før innsetting

Renslighet er det viktigste aspektet ved riktig håndtering og stell av kontaktlinser.

Du bør ha en god hygienerutine for håndtering av linsene.

- Før du berører linsene, må du alltid vaske hendene grundig med en mild såpe, deretter skyller du dem godt og tørker dem med et håndkle som ikke loer.
- Bruk ikke oljebasert kosmetikk, såper som inneholder kuldekrem, lotion eller kremer før du håndterer linsene. Linsene bør settes inn før du legger sminke. Vannbasert kosmetikk vil sannsynligvis være mer skånsomt mot linsene enn oljebaserte produkter.
- Hold øynene lukket når du bruker hårspray eller andre sprayprodukter.
- Be en fagperson om råd for bruk av linser under sportsaktiviteter, spesielt svømming og annen vannsport. Når linsene kommer i kontakt med vann under svømming eller i et badekar, **kan det øke risikoen for bakterieinfeksjoner i øynene.**
- Følg alltid instruksjonene i dette heftet og eventuelle råd fra din linsetilpasser om riktig håndtering, innsetting, uttak og bruk av linsene.
- Linsene må aldri brukes i lenger tid enn anbefalt.

## Linsepakningen

Esken åpnes ved å trekke opp fliken på forsiden slik at forseglingen brytes.

Hver linse er pakket individuelt i en spesialpakning som sikrer at de er sterile. Esken lukkes ved å skyve inn fliken igjen.

**IKKE BRUK** linsen hvis den sterile blisterpakningen er åpnet, skadet eller etter den angitte utløpsdatoen .

Slik åpner du en individuell kontaktlinsepakning:

1. Først bryter du av én kontaktlinse fra strimmelen med linsen. Sørg for at forseglingen ikke brytes på noen av de andre linsepakningene.
2. Rist pakningen, slik at linsen flyter fritt i løsningen.
3. Riv av folien. Noen ganger kan linsen klebe seg til innsiden av folien eller til selve pakningen. Til tross for dette er linsen fremdeles steril og er helt trygg å bruke.
4. Håndter linsen forsiktig med fingertuppene – unngå å skade den med neglene. Neglene bør være myke og korte.
5. Ta linsen forsiktig ut ved å skyve den opp langs siden av beholderen. Bruk aldri en pinsett eller andre verktøy.

## Sette inn linsene

For å unngå forbytting bør du venne deg til alltid å sette den første linsen på høyre øye.

Før du setter på linsen, må du kontrollere at den ikke har hakk eller er skadet på annen måte. Hvis den ser skadet ut, må du kaste den og bruke en ny linse.

Kontroller at linsen ikke er feil vei (innsiden ut).

Plasser linsen på tuppen av pekefingeren, og kontroller profilen. Linsen skal ha en naturlig, krum form som en bolle. Hvis kanten av linsen har en tendens til å peke utover, er linsen feil vei (innsiden ut). En annen metode går ut på å presse linsen forsiktig mellom tommelen og pekefingeren. Kantene skal vende innover. Hvis linsen er feil vei, vil kantene vende litt utover.



✓ riktig



✗ galt

## ELLER

Plasser linsen på tuppen av pekefingeren, og finn tallene 123 idet du ser opp på linsen. Tallene 1-2-3 betyr riktig vei, mens 1-2-3 baklengs betyr at linsen er feil vei. Hvis linsen er feil vei (1-2-3 baklengs), snur du linsen og finner tallene igjen for å bekrefte at linsen er vendt riktig vei.

Se **Tabell 1** for produkter som har en 123-indikator for rett/feil vei.

### Merk:

Hvis linsen må skylles før den settes inn, må du kun bruke frisk, steril skyllevæske som er anbefalt av din linsetilpasser.

**BRUK ALDRI VANN FRA SPRINGEN.**

## Plassering av linsen på øyet

1. Husk å starte med ditt høyre øye. Når du har undersøkt linsen og kontrollert at den ikke er feil vei, legger du den på tuppen av pekefingeren.
2. Plasser langfingeren på samme øye i nærheten av de nedre øyevippene og trekk ned det nedre øyelokket.
3. Løft opp det øvre øyelokket med pekefingeren eller langfingeren på den andre hånden og plasser linsen på øyet.
4. Slipp begge øyelokkene forsiktig og blunk.
5. Gjenta denne fremgangsmåten for den venstre linsen.  
Det er også andre måter å sette inn linsen på. Hvis du synes metoden over er vanskelig, kan din linsetilpasser vise deg en alternativ måte.



## Sentrering av linsen

Vanligvis sentrerer linsen seg automatisk når du setter den inn, og det er svært sjelden at linsen forflytter seg til det hvite i øyet når den er i bruk. Dette kan imidlertid skje hvis den ikke settes inn og tas ut på riktig måte. Linsen kan sentreres ved hjelp av en av disse metodene:

- a. Lukk øyelokkene og masser linsen forsiktig på plass gjennom det lukkede øyelokket.

### Eller

- b. Skyv den desentrerte linsen forsiktig mot midten av øyet mens øyet er åpent ved å trykke en finger på kanten av det øvre eller nedre øyelokket.

### Merk:

Hvis du ser uklart etter at linsen er satt inn, kontroller følgende:

- Er linsen sentrert? Se instruksjonene over.
- Hvis linsen er plassert riktig, tar du den ut og kontrollerer følgende:
  - a. Er det kosmetikk eller olje på linsen? Kast linsen og sett inn en ny.
  - b. Er linsen plassert på riktig øye?
  - c. Er linsen feil vei? Det kan også gjøre den mindre behagelig enn vanlig.



### Hvis linsen kleber seg til øyet (ikke beveger seg)

Hvis en linse kleber seg til øyet, kan linsetilpasseren anbefale en smørende eller en fuktende væske. På den måten kan du fukte linsene mens du bruker de for å gjøre de mer behagelige.

Drypp på et par dråper og vent til linsen begynner å bevege seg fritt på øyet.

Hvis dette ikke løser problemet, må du kontakte din linsetilpasser **MED DET SAMME.**



### Uttørket (dehydrert) linse

Hvis en ACUVUE® Brand Contact Lens tas ut av øyet og utsettes for luft i lengre tid, kan overflaten bli tørr og gradvis bli skjør. Hvis dette skjer, må linsen kastes og erstattes av en ny.

### Uttak av linsene

Ta alltid ut samme linse først.

Vask, skyll og tørk hendene godt og følg hygienereglene som er beskrevet under Rutine for god hygiene.

#### **Merk:**

Du må alltid kontrollere at linsen sitter midt på øyet før du prøver å ta den ut.

Dette kan du finne ut ved å dekke til det andre øyet. Hvis synet da er uklart, sitter linsen enten på det hvite i øyet eller et annet sted. For å finne linsen undersøker du den øvre delen av øyet ved å se i et speil mens du trekker opp det øvre øyelokket.

Deretter undersøker du den nedre delen ved å trekke ned det nedre øyelokket. Når du har funnet linsen, kan du ta den ut ved å bruke "Klemmemetoden" eller en annen metode som din linsetilpasser har anbefalt.

### **Klemmemetoden**

1. Se opp, skyv linsen ned til det hvite i øyet med pekefingeren.
2. Klem linsen forsiktig mellom tommelen og pekefingeren og ta den ut.



### **Vedlikehold av linsene**

For å sikre at linsene er trygge og behagelige å bruke over tid er det viktig at du følger instruksjonene fra din linsetilpasser. Hvis du tar ut linsene og planlegger å bruke dem igjen, må du lese instruksjonene om riktig rengjøring, skylling, desinfisering og oppbevaring grundig.

Hvis linsene ikke vedlikeholdes på riktig måte, kan det føre til alvorlige øyeproblemer, se **"Advarsler - hva du må vite om vedlikehold av kontaktlinser"**.

Rengjøring og skylling er svært viktig for å fjerne slim, sekresjon og avleiringer som kan ha hopet seg opp ved bruk. Du må gjøre dette rett etter at linsene er tatt ut og før de desinfiseres.

Skadelige bakterier kan kun fjernes ved rengjøring, skylling og desinfisering.

Følg nøye linsetilpasserens instruksjoner for bruk av vedlikeholdssystemer (kjemisk, ikke varme).

Ulike produkter kan ikke alltid brukes sammen og ikke alle produkter er sikre for bruk med alle typer linser. Ikke alterner mellom eller bland væskesystemer med mindre dette er indikert på linsevæskens etikett.

Hvis du bruker et hydrogenperoksidssystem, må du også nøytralisere linsene.

- Vask, skylt og tørk alltid hendene før linsene håndteres.
- Bruk kontaktlinseprodukter der utløpsdatoen ikke er gått ut.
- Bytt **ALDRIG** kontaktlinsevæsker uten å konsultere din kontaktlinsetilpasser.
- Termiske systemer som bruker varme, kan skade dine linser.
- Linsene må **ALDRIG** kun oppbevares i saltvann. Saltvann beskytter ikke linsene mot forurensning, noe som kan føre til øyeinfeksjoner.
- Bruk **ALDRIG** væsker som er anbefalt til formstabile kontaktlinser (GPL).
- Siden materialet i noen linser inneholder silikon – se **Tabell 1** – kan fukteevnen variere når ulike linseprodukter benyttes. Din linsetilpasser vil anbefale et system som passer for ACUVUE® Brand Contact Lenses.
- Når du bruker sterile væsker som ikke inneholder konserveringsmidler, bør de kastes etter den tiden som er spesifisert i bruksanvisningen.
- Putt **ALDRIG** linsene i munnen eller bruk noe annet enn de anbefalte kontaktlinsevæskene til smøring eller fukting av dine linser.
- Linsene må **ALDRIG** skylles i vann fra springen, siden dette kan inneholde en rekke urenheter som kan forurense eller skade linsene og føre til øyeinfeksjon eller skade.
- Rengjør høyre linse først, for å unngå forbytting.

- Legg hver linse i riktig kammer i linseetuiet og kontroller at de er helt dekket av kontaktlinsevæske når de ikke brukes. Hvis linsene eksponeres for luft i lengre perioder, kan de tørke ut eller bli skjøre. Hvis dette skjer må de kastes.
- Kontaktlinsevæsken i linseetuiet må **ALDRIG** brukes flere ganger.
- Rådfør deg med din linsetilpasser hvis linsene skal oppbevares i lengre tid.
- Linser som er foreskrevet for hyppig bytte skal kastes etter anbefalt brukperiode foreskrevet av din linsetilpasser.

### Vedlikehold av linseetuiet

Linseetuiet kan være en bakteriekilde, og etter bruk må de tømmes, rengjøres og skylles med de anbefalte sterile kontaktlinsevæskene og få mulighet til å lufttørke. Linseetuiet må også byttes regelmessig som anbefalt av produsenten eller din linsetilpasseren.

### **BRUK ALDRI VANN FRA SPRINGEN TIL Å SKYLLE LINSEETUIET.**

### Hvis du går tom for linser

Det er viktig å sørge for at du alltid har et tilstrekkelig antall nye linser.

For å unngå at du går tom for linser må du sette av litt tid til å bestille og hente nye linser hos din linsetilpasser.

Hvis du av en eller annen grunn går tom for linser, må du bruke briller.

Selv om du foretrekker å bruke ACUVUE® Brand Contact Lenses er briller en svært viktig reserveløsning for alle som bruker linser.

## Monosyn-korreksjon

Hvis linsetilpasseren forteller deg at du trenger såkalt monosyn-korreksjon, må du vite følgende:

Som med alle typer synskorrigerende med linser kan dette være forbundet med et synsmessig kompromiss.

I noen tilfeller kan monosyn-korreksjon redusere synsskarpheten og dybdesynet på avstand og nært hold. Noen pasienter synes det er vanskelig å bli vant til dette.

Symptomer som lett uskarpt syn og varierende syn kan vare i kort tid eller i flere uker mens øynene blir vant til denne korreksjonen. Jo lengre tid symptomene varer, desto dårligere er sjansene for en vellykket tilvenning.

I løpet av denne tiden bør du bare bruke linsene i kjente situasjoner som ikke krever godt syn. Frem til øynene har blitt vant til dette, er det for eksempel klokt ikke å kjøre bil.

Noen pasienter kan også ha behov for å bruke briller over linsene for å få klarest mulig syn når viktige oppgaver skal utføres.

- I noen tilfeller vil en pasient aldri være komfortabel, som for eksempel ved bilkjøring om natten i dårlig lys. Da er det mulig å få foreskrevet ekstra linser, slik at begge øynene kan korrigeres når bedre avstandssyn er nødvendig.
- Avgjørelsen om å begynne å bruke monosyn-korreksjon må alltid tas etter en grundig konsultasjon hos en linsetilpasser.
- Du må følge rådene som gis for å hjelpe deg med tilvenningen til monosyn-korreksjon, og du må alltid diskutere alle bekymringer eller problemer du måtte ha i og etter tilvenningsperioden.

## Annen viktig informasjon

### Forsiktighetsregler

- Før du forlater din linsetilpasser, må du kontrollere at du er i stand til å ta ut linsene.
- IKKE berør dine kontaktlinser med fingrene eller hendene hvis de ikke er helt rene, da det kan bli små riper i linsene som kan forårsake uklart syn og/eller skade dine øyne.
- Håndter alltid linsene forsiktig, og unngå å miste de.
- Ta ut linsene med det samme hvis øynene dine blir røde eller irriterte.
- Informer legen din om at du bruker kontaktlinser.
- Be alltid linsetilpasseren din om råd før du bruker øyedråper.
- Enkelte legemidler, som for eksempel antihistaminer, avsvellende, vann drivende, muskelavslappende og beroligende midler og midler mot reisesyke, kan gi tørre øyne, ubehag pga. linsen eller uklart syn. Hvis du får problemer, må du oppsøke medisinsk hjelp.
- Hvis du får kjemikaliesprut i øynene: **SKYLL ØYNENE UMIDDELBART MED VANN FRA SPRINGEN. KONTAKT DIN LINSETILPASSER MED DET SAMME, ELLER DRA PÅ LEGEVAKTEN/AKUTTMOTTAKET PÅ NÆRMESTE SYKEHUS.**
- P-pillebrukere kan utvikle endringer i synet eller linsetoleransen. Din linsetilpasser vil informere deg om dette.
- Som med alle kontaktlinser er det svært viktig med regelmessige kontroller for å opprettholde sunne øyne.
- Du må aldri la noen andre bruke dine linser. De er tilpasset dine øyne og er foreskrevet for å sørge for nødvendig korrigerende av ditt syn. Å utveksle linser øker risikoen for øyeinfeksjoner betraktelig.

- For å sikre et sunt og behagelig syn er det viktig at ACUVUE® Brand Contact Lenses kun brukes slik din linsetilpasser har foreskrevet. Dette heftet fungerer som en påminnelse om disse instruksjonene.
- Din linsetilpasser må holdes informert om din sykehistorie, og vil anbefale en linse og et vedlikeholdssystem som er tilpasset dine behov.
- Når brukstiden som din kontaktlinsetilpasser har anbefalt er over, må ACUVUE® Brand Contact Lenses kastes og byttes ut med et nytt, sterilt par.
- Unngå all skadelig eller irriterende damp og røyk mens du bruker linsene.
- Informer alltid arbeidsgiveren om at du bruker kontaktlinser. Noen jobber kan kreve at du bruker øyevern eller at du ikke bruker kontaktlinser.
- Snakk alltid med din linsetilpasser hvis du har spørsmål.

## Oppsummering

Som med alle typer kontaktlinser er det grunnleggende retningslinjer som må følges for å beskytte og bedre synet ditt.

- Følg alltid instruksjonene om trygg bruk av linser. Regelmessige kontroller er viktig for å opprettholde godt og sunt syn.
- Høye hygienestandarder er svært viktig for trygg bruk av linser.
- Kontaktlinsene må **ALDRIG** brukes i lengre tid enn anbefalt.
- **RENGJØRING, SKYLLING** og **DESINFISERING** er **SVÆRT VIKTIG** hver gang en linse tas ut og skal settes inn igjen.
- Kontaktlinsevæsken i linsetuiet må **ALDRIG** brukes flere ganger. Bruk frisk kontaktlinsevæske hver gang linsene skal oppbevares.
- Hvis du opplever problemer som røde/irriterte øyne eller uklart syn, må du ta ut linsene **MED DET SAMME** og kontakte din linsetilpasser.
- Ha alltid et par briller tilgjengelig, slik at du ikke blir fristet til å bruke linsene når du ikke skal. Selv om du foretrekker å bruke kontaktlinser, er briller en svært viktig reserveløsning.

Når du bruker ACUVUE® Brand Contact Lenses, vil du raskt føle hvilke fordeler de har sammenlignet med briller eller andre kontaktlinser.

For å oppnå maksimal ytelse og maksimal komfort er det svært viktig at du forstår hvor viktig det er å følge disse retningslinjene.

Du må bare bruke linsene etter at du har fulgt rådene fra din linsetilpasser og rådene i dette heftet.



## Rapportering av bivirkninger

Eventuelle bivirkninger av bruken av ACUVUE® Brand Contact Lenses må rapporteres til din linsetilpasser, som da vil rapportere disse direkte til produsenten.

### Det du har fått foreskrevet

ACUVUE® Brand Contact Lenses.

Linsemerke

#### Høyre linse:

Styrke og krumning (sylinder og akse hvis relevant)

#### Venstre linse:

Styrke og krumning (sylinder og akse hvis relevant)

**FØLG DIN LINSETILPASSERS ANBEFALINGER OM NÅR LINSENE SKAL BYTTES.**

**Vedlikeholdssystem:**

Ta kontakt med din linsetilpasser hvis du har spørsmål.

Adresse og telefonnummer til din linsetilpasser:

Regelmessige avtaler hos din linsetilpasser er viktig for å få klare og sunne øyne.

**Etterkontroll:**

1	<div style="border: 1px solid blue; width: 150px; height: 25px;"></div>	2	<div style="border: 1px solid blue; width: 150px; height: 25px;"></div>	3	<div style="border: 1px solid blue; width: 150px; height: 25px;"></div>
4	<div style="border: 1px solid blue; width: 150px; height: 25px;"></div>	5	<div style="border: 1px solid blue; width: 150px; height: 25px;"></div>	6	<div style="border: 1px solid blue; width: 150px; height: 25px;"></div>



## Produsert av:

Se esken for produksjonssted.



Johnson & Johnson Vision Care Inc.  
7500 Centurion Parkway  
Jacksonville  
Florida  
32256  
USA

## IRELAND

Johnson & Johnson Vision Care (Ireland)  
The National Technology Park  
Limerick  
Ireland

## Autorisert representant i EU

Johnson & Johnson Medical Ltd  
Pinewood Campus  
Nine Mile Ride  
Wokingham  
RG40 3EW  
United Kingdom

[www.acuvue.no](http://www.acuvue.no)




I N O O 0 2 5 7

Dagbrug-Døgnbruk  
PIG (Norwegian)  
INO00257

©Janssen Cilag A/S 2016.

ACUVUE®, ACUVUE® 2®, ACUVUE OASYS®, ACUVUE® ADVANCE® Vita™,  
HYDRACLEAR® og SEE WHAT COULD BE® er varemerker for Janssen Cilag A/S

Reviderings dato: Juli 2016.



**DAGBRUG**  
(JÆVNLIG UDSKIFTNING)  
**OG DØGNBRUG**

**PATIENT-  
VEJLEDNING**






**ACUVUE®**  
BRAND CONTACT LENSES

SEE WHAT COULD BE®

**CE**

0086

Denne danske patientvejledning gælder for følgende ACUVUE® Brand Contact Lenses, som er optegnet enkeltvis i **Tabel 1** nedenfor, og som der henvises til på denne måde, medmindre andet er angivet.

Tabel 1	Tilsliget anvendelse og anvendelsesplan			
	Dagbrug – Jævnlig udskiftning	Døgnbrug	Indikator for indersiden ud	Pakke- opløsning
<b>Linsetype og varemærke</b>				
ACUVUE® Brand Spherical Contact Lenses – Håndteringstonet med UV filter				
ACUVUE® 2® Brand Contact Lenses	●	●	 O.K.	1
ACUVUE® ADVANCE® Brand Contact Lenses with HYDRACLEAR®	3	●	 O.K.	2
ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses with HYDRACLEAR® PLUS	3	●	 O.K.	2
ACUVUE® Vita™ Brand Contact Lenses	3	●	 O.K.	2
ACUVUE® Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM – Håndteringstonet med UV filter				
ACUVUE® ADVANCE® Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR®	3	●		2
ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR® PLUS	3	●		2
ACUVUE® Brand Contact Lenses for PRESBYOPIA – Håndteringstonet med UV filter				
ACUVUE® BIFOCAL Brand Contact Lenses	●	●	 O.K.	1
ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses for PRESBYOPIA with HYDRACLEAR® PLUS	3	●		2















## Pakkeopløsning

- 1 Buffersaltopløsning.
- 2 Buffersaltopløsning med methyl-ether-cellulose.

## Materialeindhold

- 3 Linsemateriale indeholder silikone og opfylder standarderne for klasse 1 UV absorbtion med en transmission på mindre end 1 % af UVB-stråling (280-315 nm) og 10 % af UVA stråling (316-380 nm). Alle andre ACUVUE®-produkter opfylder standarderne for klasse 2 UV absorbtion med en transmission på mindre end 5% af UVB stråling og 50 % af UVA stråling.

**Følgende symboler kan forekomme på etiketter eller pakker med dine ACUVUE® Brand Contact Lenses.**

Symbol	Definisjon	Symbol	Definisjon
	Se folder	<b>MID</b>	"Mellem" nær ADD (+1,50 til 1,75 ADD)
	Fremstillet af eller i	<b>HGH</b>	"Høj" nær ADD (+2,00 til 2,50 ADD)
	Produktionsdato	<b>CE 0086</b>	Kvalitetssystemets sertifiseringssymbol
	Sidste anvendelsesdato (udløbsdato)	 	UV-Blocking
<b>LOT</b>	Lotnummer		UV Blocking
	Sterilisering med damp eller varm luft		Affaldsafgift betalt
<b>DIA</b>	Diameter		ADVARSEL! Dette produkt må ifølge amerikansk lov kun sælges af eller efter ordination af licenseret øjenspecialist
<b>BC</b>	Basiskurve		Linsen vender rigtigt
<b>D</b>	Dioptri (linsestyrke)		Linsen vender forkert (linsen har indersiden ud)
<b>CYL</b>	Cylindereffekt		"Identifikationsmærke" for papirbeholdere og emballage
<b>AXIS</b>	Akse		"Identifikationsmærke" for kompositmateriale
<b>MAX ADD</b>	Højeste nær-addition som kan korrigeres		
<b>LOW</b>	"Lav" nær ADD (+0,75 til 1,25 ADD)		

## **Indhold**

Indledning .....	<b>5</b>
Tilsligtet anvendelse.....	<b>6</b>
Anvendelsesplan .....	<b>7</b>
Kontraindikationer .....	<b>8</b>
Advarsler - dette bør du vide om brugen af kontaktlinser.....	<b>9</b>
Bivirkninger .....	<b>10</b>
Sikkerhedstjek .....	<b>11</b>
En ren rutine.....	<b>12</b>
Linsepakken .....	<b>13</b>
Indsættelse af linserne.....	<b>14</b>
Sådan anbringes linsen på øjet.....	<b>15</b>
Centrering af linsen .....	<b>16</b>
Pleje af en fastsiddende linse .....	<b>17</b>
Pleje af en udtørret linse .....	<b>17</b>
Fjernelse af linserne .....	<b>17</b>
Pleje af dine linser.....	<b>18</b>
Eftersyn af dit linsestui.....	<b>20</b>
Hvis du løber tør for linser.....	<b>20</b>
Vejledning i forbindelse med monovision korrektion .....	<b>21</b>
Andre vigtige oplysninger.....	<b>22</b>
Resumé .....	<b>24</b>
Indberetning af bivirkninger .....	<b>25</b>
Din ordinerings.....	<b>25</b>



## Indledning

Tillykke! Du er nu en del af de tusinder af andre personer verden over, der nyder godt af komforten og bekvemmeligheden ved ACUVUE® Brand Contact Lenses fra Johnson & Johnson Vision Care, verdens førende fabrikant af kontaktlinser.

ACUVUE® Brand Contact Lenses er bløde, tynde og fleksible. Dette gør dem komfortable lige fra starten og giver ilten mulighed for at komme igennem til dine øjne, så de bliver ved med at være friske og sunde. De har også UV filter som hjælper med at give beskyttelse mod transmission af skadelig UV stråling mod øjet.

Der skulle en banebrydende fremstillingsteknologi til for at skabe en linse af en kvalitet som ACUVUE® Brand Contact Lenses, der stadig var billig nok til at være en linse, som kan udskiftes dagligt.

Som med alle andre kontaktlinser er ACUVUE® Brand Contact Lenses medicinske anordninger. En løbende støtte fra din øjenspecialist og regelmæssige eftersyn er essentielle for beskyttelsen af dit helbred og syn i det lange løb.

## Tilsligtet anvendelse

**ACUVUE® Spherical Brand Contact Lenses** er beregnet til daglig brug til optisk korrektion af brydningsfejl, myopi (nærsynethed) og hyperopi (lang langsynethed) hos personer med sunde øjne med en astigmatisme på 1,00 D eller mindre.

ACUVUE® 2® og ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses with HYDRACLEAR® PLUS er også beregnet til daglig og længerevarende brug.

**ACUVUE® Brand Contact Lenses for Astigmatism** er beregnet til daglig brug til optisk korrektion af brydningsfejl, myopi (nærsynethed) og hyperopi (lang langsynethed) hos personer med sunde øjne med astigmatisme.

ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR® PLUS er også beregnet til daglig og længerevarende brug.

**ACUVUE® Brand Contact Lenses for Presbyopia** er beregnet til daglig eller længerevarende brug til optisk korrektion af brydningsfejl, myopi (nærsynethed) og hyperopi (lang langsynethed) hos personer med sunde øjne med en astigmatisme på 0,75 D eller mindre.

ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses er også beregnet til terapeutisk brug som en bandagelinse ved visse øjentalstande.

Kontakt din øjenspecialist for at få flere oplysninger. Du bør aldrig behandle dig selv for nogen øjentalstand, med en kontaktlinse eller øjenmedicin, uden at din øjenspecialist først har tilset dig.

Alle ACUVUE® Brand Contact Lenses indeholder et UV filter, for at hjælpe med at give beskyttelse mod skadelige UV stråler på cornea og ind i øjet.

**ADVARSEL!** Kontaktlinser med UV filter er IKKE erstatning for beskyttende briller med UV filter som f.eks. beskyttelsesbriller eller solbriller med UV filter, fordi de ikke dækker øjet og det omgivende område helt. Du skal fortsat bruge briller med UV filter som anvist.

#### **BEMÆRK!**

Længere tids udsættelse for UV stråling er en af de risikofaktorer, der er knyttet til katarakt. Udsættelsen er baseret på en række faktorer såsom miljømæssige betingelser (højde, geografi, skydække) og personlige faktorer (omfang og type af udendørs aktiviteter). Kontaktlinser med UV filter hjælper med at beskytte mod skadelig UV stråling. Kliniske undersøgelser er imidlertid ikke foretaget for at påvise, at brugen af kontaktlinser med UV-filter nedsætter risikoen for at udvikle katarakt eller andre øjensygdomme. Kontakt din øjenspecialist for at få flere oplysninger.

### **Anvendelsesplan**

Din øjenspecialist bør fastlægge en passende plan for brug og udskiftning på grundlag af din helbredstilstand og øjenundersøgelse. Vi anbefaler hyppig udskiftning af vore produkter for at opnå optimal sundhed og funktion.

#### **Daglig brug – hyppig udskiftning**

ACUVUE® Brand Contact Lenses, der ordineres til daglig brug med hyppig udskiftning (under 24 timer i vågen tilstand), skal kasseres og udskiftes hver anden uge.

ACUVUE® Vita™ Brand Contact Lenses, der ordineres til daglig brug med hyppig udskiftning (under 24 timer i vågen tilstand), skal kasseres og udskiftes hver fjerde uge.

Alle ACUVUE® Brand Contact Lenses, der ordineres til daglig brug med hyppig udskiftning, skal renses, skylles og desinficeres, hver gang linsen tages ud. Der må kun anvendes et kemisk desinficeringsystem.

## Døgnbrug

ACUVUE® Brand Contact Lenses, der ordineres til længerevarende brug (mere end 24 timer, også under søvn) som vist i **Tabel 1**, kan bruges konstant i op til 7 dage/6 nætter og skal kasseres ved fjernelse. Din øjenspecialist vil afgøre, om du er egnet til døgnbrug af linser, før du anvender dem på denne måde. Når linserne anvendes på denne måde, er hverken rensning eller desinfektion nødvendigt.

Det anbefales, at du begynder med dagbrug. Hvis det virker godt, går du gradvist over til døgnbrug efter en anvendelsesplan lagt af din øjenspecialist.

Når linserne er taget ud, anbefales det, at de forbliver ude af øjet i en periode med hvile natten over eller længere.

## Kontraindikationer

Brug ikke ACUVUE® Brand Contact Lenses, hvis du har et eller flere af følgende tilstande:

- Inflammation eller infektion i eller rundt om øje eller øjenlåg.
- En øjensygdom, skade eller anormalitet, som påvirker cornea (hornhinde), konjunktiva (bindehinde) eller øjenlåg.
- En tidligere diagnosticeret sygdom, som gør af kontaktlinsebrug ukomfortabelt.
- Meget tørre øjne.
- Nedsat følsomhed af cornea (corneal hypæstesi).
- En systemisk sygdom, som kan påvirke øjet eller blive forværret ved brug af kontaktlinser.
- Allergiske reaktioner i øjets overflade eller det omgivende væv, som kan opstå eller blive forværret ved brug af kontaktlinser eller kontaktlinsevæsker.

- Allergi over for et indholdsstof, f.eks. kviksølv eller thimerosal, i en væske, der bruges til pleje af dine kontaktlinser.
- En aktiv infektion i cornea (bakterie-, svampe-, protozoeller virusinfektion).
- Hvis øjnene bliver røde eller irriterede.

Din øjenspecialist kan ordinere dig kontaktlinser til terapeutisk anvendelse som hjælp til helingsprocessen ved visse øjertilstande, som kan omfatte dem, som er nævnt ovenfor.

### **Advarsler – dette bør du vide om brugen af kontaktlinser**

Det er vigtigt, at du følger din øjenspecialists anvisninger i korrekt brug af dine kontaktlinser. Du rådgives af følgende advarsler angående brugen af kontaktlinser:

- Problemer med kontaktlinser eller linseplejeprodukter kan medføre alvorlig skade på dit øje. Du skal være opmærksom på, at korrekt anvendelse og pleje af kontaktlinser og linseplejeprodukter, herunder også linsetui, er vigtig for en sikker anvendelse af disse produkter<sup>†</sup>.
- Øjenproblemer, herunder også cornea ulceration, kan hurtigt udvikle sig og medføre synstab.
- Undersøgelser har vist, at risikoen for ulcerativ keratitis er større ved døgnbrug af kontaktlinser end ved daglig brug.
- Når daglige brugere bruger linserne om natten (uden for den godkendte indikation), er risikoen for ulcerativ keratitis større end hos dem, der ikke bruger dem om natten.
- Den samlede risiko for ulcerativ keratitis kan reduceres ved nøje at følge vejledningen for linsepleje, herunder også rensning af linsetui.

<sup>†</sup> New England Journal of Medicine, September 21, 1989, 321 (12), pp 773-783.

- Undersøgelser har vist, at risikoen for ulcerativ keratitis er større for brugere, der ryger, end for brugere, der ikke ryger.
- Hvis du oplever ubehag i øjet, kraftigt tåreflåd, synsforandringer, røde øjne eller andre problemer, skal du omgående tage kontaktlinserne ud og straks kontakte din øjenspecialist.
- Det er anbefalet at du går til kontrol hos din øjenspecialist regelmæssigt som foreskrevet.
- Udsæt ikke kontaktlinser for vand under svømning, anden vandsport eller badning, da dette kan øge risikoen for alvorlige øjeninfektioner fra mikroorganismer, som kan lede til synstab. Hvis linserne har været nedsænket i vand, skal patienten kassere dem og udskifte dem med et nyt par. Øjenspecialisten skal konsulteres for anbefalinger angående brug af kontaktlinser under alle aktiviteter som involverer vand.

## Bivirkninger

Vær opmærksom på, at følgende problemer kan forekomme ved brug af kontaktlinser:

- Du kan få brændende, svidende og/eller kløende øjne.
- Der kan opstå dårligere komfort end da linsen lige var sat på øjet.
- Der kan opstå en følelse af at have noget i øjet.
- Der kan være risiko for en midlertidig skade på grund af perifere infiltrater, perifere sår på cornea samt corneaerosion. Der kan være mulighed for andre fysiologiske observationer såsom lokalt eller generaliseret ødem, neovaskularisering i cornea, cornea staining, injektion, anormaliteter i øjenlågsranden, iritis og konjunktivitis, hvoraf nogle er klinisk acceptable i lille omfang.
- Der kan forekomme kraftigt tåreflåd, usædvanligt sekret i øjet eller røde øjne.
- Dårligt syn, sløret syn, regnbuer eller glories rundt om genstande, lysfølsomhed (fotofobi) eller tørre øjne kan også forekomme, hvis dine linser bæres konstant eller for længe.

## Sikkerhedstjek

Du bør udføre en simpel selvundersøgelse mindst én gang om dagen.

Spørg dig selv:

1. Hvordan føles linserne på mine øjne?
2. Hvordan ser mine øjne ud?
3. Ser jeg stadig godt?

Du skal øjeblikkeligt fjerne linserne, hvis du oplever et af følgende problemer:

- Kløe, svie eller stik i øjet.
- En følelse af at have noget i øjet.
- Kraftigt tåreflåd, usædvanlig sekret i øjet eller røde øjne.
- Sløret syn, regnbuer eller glories rundt om objekter. Du kan få tørre øjne, hvis dine linser bæres konstant eller for længe.
- Linsen føles mindre komfortabel, end da den blev sat ind.

Hvis ubehaget eller problemet ophører, når du tager linsen ud, bør du undersøge den nøje for beskadigelse, snavs eller fremmedlegemer. Kassér linsen, og indsæt en ny.

Hvis problemet fortsætter, skal du fjerne den nye linse og kontakte din øjenspecialist øjeblikkeligt.

Nogle af ovenstående symptomer kan indikere en alvorlig tilstand som f.eks. infektion, sår på cornea, neovaskularisering eller iritis. En hurtig diagnose og behandling er essentiel for at undgå alvorlig skade på dine øjne.

**HUSK - SYMPTOMER ER ADVARSELSTEGN. TAG DEM UD, HVIS DU ER I TVIVL.**

## En ren rutine

### Klargøring af linsen til indsættelse

Renlighed er det første og vigtigste aspekt i forbindelse med korrekt kontaktlinsepleje.

Fastsæt en rutine med god hygiejne til håndtering af dine linser.


- Vask altid dine hænder grundigt med en mild sæbe, skyl dem nøje og tør dem med et frugtfrit håndklæde, inden du rører ved linserne.
- Brug ingen oliebaseret kosmetik, sæber med kold creme, lotion eller cremer, inden du håndterer dine linser. Det er bedst at sætte linserne i, inden du tager make-up på. Der er mindre sandsynlighed for at vandbaseret kosmetik skader linserne end oliebaserede produkter.
- Hold øjnene lukkede, når du bruger hårspray eller andre aerosoler.
- Søg professionel hjælp angående brug af kontaktlinser under sportsudøvelse, særligt svømning og andre vandsportsaktiviteter. Kontaktlinsernes udsættelse under svømning eller i et varmt bad **kan øge risikoen for øjeninfektion** fra bakterier.
- Følg altid vejledningerne i denne folder og andre råd, du har fået af din øjenspecialist angående korrekt håndtering, indsættelse, fjernelse og brug af dine linser.
- Brug aldrig linserne længere end den ordinerede periode.



## Linsepakken

For at åbne æsken skal du finde åbningsflappen på forsiden og trække opad til forseglingen brydes.

Hver linse er i sin egen pakning, der er specifikt designet til at bevare steriliteten. For at lukke æsken inden opbevaring skal du bare sætte flappen på plads igen.

**MÅ IKKE BRUGES**, hvis den sterile blisterpakning er åbnet, beskadiget eller den viste udløbsdato er overskredet .

Følg disse enkle trin for at åbne en individuel linsepakke:

1. Adskil først én linse fra linsestrimlen. Vær forsigtig med ikke at bryde forseglingen på nogen af de andre linsepakker.
2. Ryst pakken, så linsen kommer til at flyde frit i opløsningen.
3. Tag folien af. Af og til kan en linse sidde fast på indersiden af folien eller på selve pakken. Dette påvirker ikke linsens sterilitet, og den er stadig helt sikker at bruge.
4. Håndter dine linser forsigtigt med fingerspidserne, og vær forsigtig med ikke at skade dem med neglene. Det kan være en hjælp at holde neglene bløde og korte.
5. Tag forsigtigt linsen ud ved at lade den glide op ad siden på beholderen. Brug aldrig en pincet eller andre redskaber.

## Indsættelse af linserne

For at undgå forvirring bør du gøre det til en vane altid at indsætte den første linse i dit højre øje.

Inden du sætter linsen i, skal du undersøge, at den ikke har nogen hakker eller rifter. Hvis den virker beskadiget, skal du smide den ud og bruge den næste linse.

Kontrollér, at linsen ikke har indersiden udad.

Anbring linsen på spidsen af din pegefinger, og kontrollér dens profil. Linsen skal have en naturlig, buet, skållignende form. Hvis linsens kanter har tendens til at pege udad, har linsen indersiden udad. En anden metode er forsigtigt at knibe linsen mellem din tommel- og pegefinger. Så bør kanterne vende sig indad. Hvis linsen har indersiden udad, vil kanterne vende en smule udad.



✓ rigtigt



✗ forkert

## ELLER

Anbring linsen på spidsen af din pegefinger, og find tallene 123, mens du kigger op på linsen. 1-2-3 angiver, at linsen vender korrekt, mens 1-2-3 spejlvendt angiver, at linsen har indersiden udad. Hvis linsen har indersiden udad (spejlvendt 1-2-3), skal du vende linsen og finde tallene igen for at bekræfte, at linsen vender korrekt. Se **Tabel 1** for at få vist de produkter, som har 123 indikator for indersiden ud.

## Bemærk!

Hvis du har behov for at skylle linsen, inden du sætter den i dit øje, må du kun bruge en frisk, steril skylleopløsning, som anbefalet af din øjenspecialist.

## BRUG ALDRIG VANDHANEVAND.

## Sådan anbringes linsen på øjet

1. Husk at starte med dit højre øje. Når linsen er undersøgt, og du er sikker på, at den ikke har indersiden ud, skal du anbringe den på spidsen af din pegefinger.
2. Anbring langemanden på samme hånd tæt på øjenvipperne under øjet og træk huden under øjet nedad.
3. Brug pegefingeren eller langemanden på den anden hånd til at løfte op i øjenlåget, og anbring linsen på øjet.
4. Slip forsigtigt øjenlåget samt huden under øjet, og blink.
5. Gentag disse trin for venstre linse.

Der findes andre metoder til at indsætte linserne. Hvis du har svært ved ovenstående metode, kan din øjenspecialist oplyse dig om en alternativ metode.



## Centrering af linsen

Normalt centreres linsen automatisk i centrum af øjet, når du sætter den ind, og den vil sjældent bevæge sig til den hvide del af øjet under brug. Det kan dog ske, hvis indsættelse og fjernelse ikke foretages korrekt. Følg én af disse metoder, hvis du vil centrere en linse:

- a. Luk øjenlåget, og foretag en forsigtig massage på linsen gennem det lukkede låg.

### eller

- b. Manipuler forsigtigt den ucentrerede linse til midten af øjet, mens øjet er åbent, ved hjælp af fingertryk på kanten af øjenlåget eller under øjet.

### Bemærk!

Undersøg følgende, hvis dit syn er sløret efter indsættelse af linsen:

- Linsen er måske ikke centreret i øjet. Se vejledningerne ovenfor.
- Hvis linsen sidder korrekt, skal du fjerne den og undersøge følgende:
  - a. Tilstedeværelse af kosmetik eller olie på linsen. Kassér linsen, og indsæt en ny.
  - b. Linsen kan sidde i det forkerte øje.
  - c. Linsen kan have indersiden udad, hvilket også vil gøre den mindre komfortabel end normalt.

## Pleje af en fastsiddende linse

Hvis en linse sidder fast på øjet, kan du få ordineret en smørende eller fugtende opløsning af din øjenspecialist. På denne måde kan du fugte dine linser, mens du bruger dem, for at gøre dem mere komfortable.

Anvend nogle få dråber, og vent til linsen begynder at bevæge sig frit på øjet. Hvis dette ikke løser problemet, skal du kontakte din øjenspecialist

**ØJEBLIKKELT.**



## Pleje af en udtørret linse

Hvis en ACUVUE® Brand Contact Lens ikke sidder på øjet og udsættes for luft gennem en længere periode, kan dens overflade blive tør og gradvist blive skrøbelig. Hvis dette sker, skal linsen kasseres. Brug i stedet en ny linse.

## Fjernelse af linserne

Tag altid den samme linse ud først.

Vask, skyl og tør dine hænder grundigt, og følg de samme hygiejneregler som allerede er blevet beskrevet under "En ren rutine".

### **Forsigtig!**

Kontrollér altid, at linsen er i centrum af øjet, inden du forsøger at fjerne den.

Du kan afgøre dette ved at dække det andet øje, og hvis dit syn er sløret, sidder linsen enten på den hvide del af øjet eller er slet ikke i øjet. For at finde linsen skal du undersøge det øvre område af øjet ved at kigge nedad i et spejl samtidig med, at du løfter øjenlåget opad. Undersøg derefter det nedre område ved at trække huden under øjet nedad.

Når du har fundet linsen, kan du fjerne den ved at bruge Knibemetoden eller en anden metode, som din øjenspecialist har anbefalet.

### **Knibemetoden**

1. Se op. Bevæg linsen ned til det hvide område af dit øje ved hjælp af pegefingeren.
2. Knib forsigtigt linsen mellem din tommel- og pegefinger, og fjern linsen.



### **Pleje af dine linser**

For en fortsat sikker og komfortabel brug af dine linser er det vigtigt at følge de vejledninger, du har fået af din øjenspecialist. Hvis du fjerner dine linser og har planer om at bruge dem igen, skal du nøje læse de vejledninger, du har fået, vedrørende korrekt rensning, skylning, desinficering og opbevaring.

Hvis du ikke følger en korrekt linsepleje, kan det medføre udvikling af alvorlige øjenproblemer, som beskrevet i afsnittet **"Advarsler - dette bør du vide om brugen af kontaktlinser"**.

Rensning og skylning er vigtigt for at fjerne slim, sekret og aflejringer, der kan være samlet under brugen. Gør dette umiddelbart efter du har fjernet dine linser og inden desinficering.

Skadelige mikroorganismer kan kun fjernes ved rensning, skylning og desinficering.

Følg omhyggeligt de vejledninger til brug af linseplejesystemet (kemisk, ikke opvarmning), som din øjenspecialist har anbefalet. Forskellige produkter kan ikke altid bruges sammen, og ikke alle produkter er sikre at bruge sammen med alle linser. Du må ikke ændre på linseplejesystemer eller blande dem sammen, medmindre dette er angivet på linseplejeproduktets indlægsseddel.

Hvis du bruger et system, der anvender brintoverilte, skal du også neutralisere dine linser.

- Vask, rens og tør altid hænderne, inden du håndterer linserne.
- Brug friske linseplejeopløsninger, der ikke har overskredet udløbsdatoen.
- Skift **ALDRIG** over til en anden linsevæske uden at konsultere din øjenspecialist.
- Termiske systemer, der bruger varme, kan skade dine linser.
- Opbevar **ALDRIG** dine linser i en ren saltopløsning. Saltopløsninger beskytter ikke linserne mod kontaminering og kan medføre øjeninfektion.
- Brug **ALDRIG** opløsninger, der anbefales til RGPkontaktlinser (ridig gas permeable).
- Da linsematerialet indeholder silikone, som vist i **Tabel 1**, kan fugteevnen variere, når der bruges forskellige plejeprodukter. Din øjenspecialist skal anbefale et plejesystem, der er egnet til ACUVUE® Brand Contact Lenses.
- Når du bruger sterile plejevæsker, som ikke indeholder konserveringsmiddel, skal de kasseres efter det tidspunkt, som er specificeret i vejledningen.
- Sæt **ALDRIG** linserne i munden, og brug aldrig andre end de anbefalede opløsninger til at smøre eller fugte dine linser.
- Skyl dem **ALDRIG** i vandhanevand, da det kan indeholde mange urenheder, som kan kontaminere eller skade dine linser og medføre øjeninfektion eller -skade.
- Rens den højre linse først for at undgå forvirring.

- Kom hver linse i det korrekte rum i linseopbevaringssystemet, og sørg for at de er helt nedsænket i opbevaringsopløsningen, når de ikke bæres. Hvis linserne ikke bruges gennem længere tid, kan de tørre ud og blive skrøbelige. Hvis dette sker, skal de smides ud.
- Genbrug **ALDRIG** opløsningen i dit linseetui.
- Søg rådgivning hos din øjenspecialist, hvis dine linser skal opbevares i længere perioder.
- Kontaktlinser til gentaget brug med en fastlagt udskiftningsplan, skal kasseres efter den bærepræiode din øjenspecialist har anbefalet.

### Eftersyn af dit linseetui

Linseetuier kan være en kilde til bakterier, og efter brug skal de derfor tømmes, renses og skylles med anbefalede sterile opløsninger, hvorefter de skal lufttørre. Dit linseetui skal også udskiftes regelmæssigt, som anbefalet af fabrikanten af dit linseetui eller af din øjenspecialist.

### **BRUG ALDRIG VANDHANEVAND TIL AT SKYLLE DIT LINSEETUI.**

### Hvis du løber tør for linser

Det er vigtigt altid at sørge for, at du har den rette mængde nye linser.

For at undgå at løbe tør for linser skal du afse tid til bestilling og afhentning af dine nye linser hos din øjenspecialist.

Hvis du af en eller anden årsag løber tør for linser, skal du bruge dine briller.

Selvom ACUVUE® Brand Contact lenses er din foretrukne synskorrektion, er briller en vigtig hjælp for brugere af kontaktlinser.



## Vejledning i forbindelse med monovision korrektion

Hvis din øjenspecialist forklarer dig, at du har behov for korrektion i form af monovision, bør du bemærke følgende:

Som med alle typer linsekorrektioner kan der være tale om et synsmæssigt kompromis.

I nogle tilfælde kan monovision korrektion reducere den visuelle skarphed og dybdefornemmelse både på lang og kort afstand. Nogle patienter har svært ved at vænne sig til dette.

Symptomer som f.eks. mild sløring og variabelt syn kan være i en kort periode eller gennem flere uger, mens dine øjne lærer at tilpasse sig. Jo længere disse symptomer varer, jo dårligere er chancerne for en succesfuld tilpasning.

I løbet af denne periode rådes du til kun at bruge linserne i familiære situationer, der ikke er visuelt krævende. Det vil f.eks. være klogt ikke at køre bil, før dine øjne har tilpasset sig.

Nogle patienter kan også få behov for at bruge briller over deres linser for at få det klareste syn til kritiske opgaver.

- I nogle tilfælde vil patienterne aldrig føle sig helt tilpas, f.eks. hvis der er dårligt lys eller ved nattekørsel. Hvis dette sker, kan du få ordineret ekstra linser, så begge øjne korrigeres, når der er behov for et skarpere syn ved distancer.
- Beslutningen om at få monovision korrektion skal altid tages i nøje samråd med en øjenspecialist.
- Du skal følge de råd, du får med hensyn til at hjælpe dig med at tilpasse øjnene til monovision korrektion, og alle overvejelser eller problemer, du måtte have under eller efter tilpasningsperioden, skal snakkes igennem.

## Andre vigtige oplysninger

### Forholdsregler

- Inden du forlader din øjenspecialist, skal du sikre dig, at du er i stand til at fjerne dine linser.
- RØR IKKE ved dine kontaktlinser med fingrene eller hænderne, hvis de ikke er fuldstændig rene, da små ridser i linsen kan forårsage synet uskarpt og/eller beskadige dit øje.
- Håndter altid linserne forsigtigt og undgå at tabe dem.
- Fjern øjeblikkeligt linserne, hvis dine øjne bliver røde eller irriterede.
- Fortæl din læge, at du bruger kontaktlinser.
- Søg altid råd fra din øjenspecialist, inden du bruger øjendråber.
- Visse lægemidler, f.eks. antihistaminer, midler mod kongestion, vanddrivende midler, muskelafslappende midler, beroligende midler og lægemidler mod køresyge, kan forårsage tørre øjne, øget bevidsthed om linserne eller sløret syn. Hvis du oplever et problem, bør du søge lægehjælp.
- Hvis du får kemikalier i øjnene: **SKYL ØJEBLIKKELT ØJNENE MED VANDHANEVAND. KONTAKT OMGÅENDE DIN ØJENSPECIALIST, ELLER TAG TIL SKADESTUEN PÅ DET NÆRMESTE HOSPITAL.**
- De personer, der bruger orale præventionsmidler, kan udvikle ændringer i syn eller linsetolerance. Din øjenspecialist kan rådgive dig om dette problem.
- Som med alle andre kontaktlinser er regelmæssige eftersyn af øjnene essentielle for at bevare et sundt syn.
- Lad aldrig andre bruge dine linser. De er ordineret til at passe til dine øjne og korrigere dit syn i det omfang, det er nødvendigt. Deling af linserne øger kraftigt risikoen for øjeninfektioner.

- For at have et sundt, komfortabelt syn er det vigtigt, at ACUVUE® Brand Contact Lenses kun bruges som ordineret af din øjenspecialist. Denne folder fungerer som en påmindelse af disse anvisninger.
- Din øjenspecialist skal holdes fuldt informeret om din helbredstilstand og vil anbefale en linse og et plejesystem, der passer specifikt til dine behov.
- Når den udskiftningsperiode, der er ordineret af din øjenspecialist, er forløbet, skal ACUVUE® Brand Contact Lenses kasseres og udskiftes med et nyt sterilt par.
- Undgå al skadelig eller irriterende damp og røg, mens du bruger linser.
- Oplys altid din arbejdsgiver om, at du bruger kontaktlinser. Nogle job kan kræve brug af øjenværn, eller at du ikke bruger kontaktlinser.
- Hvis du har nogen spørgsmål, kan du altid spørge din øjenspecialist.

## Resumé

Som med alle typer af kontaktlinser findes der nogle grundlæggende retningslinjer, som skal følges for at beskytte og forbedre dit syn;

- Følg altid de vejledninger, der gives til sikker linsebrug. Regelmæssige eftersyn er vigtigt for at bevare den bedste øjenpræstation og et sundt syn.
- En høj hygiejnestandard er essentiel for sikker linsebrug.
- Brug **ALDRIG** linserne længere end den ordinerede periode.
- **RENSNING, SKYLNING** og **DESINFICERING** er **ESSENTIELT**, hver gang linsen tages ud og sættes ind igen.
- Genbrug **ALDRIG** opløsningen i dit linsestui. Brug en frisk opløsning, hver gang linserne fjernes.
- Hvis du oplever et problem som f.eks. røde/irriterede øjne eller sløret syn, skal du **STRAKS** fjerne linserne og kontakte din øjenspecialist.
- Hav altid et par briller klar, så du ikke bliver fristet til at bruge dine linser, når de bør fjernes. Selvom kontaktlinser er din foretrukne korrektion, er briller en vigtig hjælp.

Som bruger af ACUVUE® Brand Contact Lenses vil du snart bemærke fordelene i forhold til briller og andre kontaktlinser.

For maksimal udnyttelse og funktion er det essentielt, at du anerkender, hvor vigtigt det er at følge disse retningslinjer.

Du bør kun bruge dine linser, efter du har fulgt de råd, du har fået af din øjenspecialist og dem, der er nedfældet i denne folder.

## Indberetning af bivirkninger

Eventuelle bivirkninger, der opleves under brugen af ACUVUE® Brand Contact Lenses skal meddeles til din øjenspecialist, som herefter vil indberette disse direkte til fabrikanten.

## Din ordinerer

ACUVUE® Brand Contact Lenses.

Kontaktlinse mærke

### Højre linse:

Styrke og basiskurve (evt. cylinder og akse)

### Venstre linse:

Styrke og basiskurve (evt. cylinder og akse)

**DINE LINSER SKAL UDSKIFTES SOM ANBEFALET AF DIN ØJENSPECIALIST.**

**Pleje:**

Hvis du har nogle spørgsmål eller overvejelser, bør du ringe til din øjenspecialist.

Adresse og telefonnummer til din øjenspecialist:

Regelmæssige besøg hos øjenspecialisten er vigtige for klare og sunde øjne.

Opfølgningsbesøg:

1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>
4	<input type="text"/>	5	<input type="text"/>	6	<input type="text"/>



## Fremstillet af:

Se fremstillingsstedet på pakken.



Johnson & Johnson Vision Care Inc.  
7500 Centurion Parkway  
Jacksonville  
Florida  
32256  
USA

## IRELAND

Johnson & Johnson Vision Care (Ireland)  
The National Technology Park  
Limerick  
Ireland

## EU-bemyndiget repræsentant

Johnson & Johnson Medical Ltd  
Pinewood Campus  
Nine Mile Ride  
Wokingham  
RG40 3EW  
United Kingdom

[www.acuvue.dk](http://www.acuvue.dk)



I N O O 0 2 5 7

Dagbrug & Døgnbrug

PIG (Danish)

IN000257

© Johnson & Johnson Vision Care Ireland Ltd 2016.

ACUVUE®, ACUVUE® 2®, ACUVUE OASYS®, ACUVUE® ADVANCE® Vita™,  
HYDRACLEAR® og SEE WHAT COULD BE®  
er varemærker tilhørende Johnson & Johnson Vision Care Ireland Ltd.

Revision datum: Juli 2016.