Consejos en el uso y mantenimiento de las lentillas

- Ten siempre solución limpiadora a mano, salvo que uses lentillas diarias, en cuyo caso no es necesario.



- Lava y seca tus tanto antes de ponerte y de quitarte las lentillas
- Asegúrate de que no quedan restos de pelusas, jabón o crema en tus manos para evitar que se irriten tus ojos .
- Ponte y quítate las lentillas en el mismo orden, empezando siempre por el mismo ojo para evitar confundir las lentillas.
- Pon la lente de contacto en la palma de la mano y aclárala con la solución antes de ponértela. Comprueba que está en la posición correcta y cuida de no arañarla con las uñas.
- Si notas molestia o dolor tras ponerte las lentillas ¡quítatelas! Comprueba que no tiene nada adherido, vuelve a lavarlas y comprueba que están en la posición correcta. Si te sigue molestando, ponte una lentilla nueva o simplemente usa tu gafa ese día, y consúltalo con tu óptico.
- Antes de quitarte las lentillas vuelve a lavar y secar bien tus manos. Ten cuidado de no pellizcarlas con las uñas y de no lastimar tus ojos. Pon solución nueva en el estuche cada día, y recuerda reemplazar éste con cierta frecuencia o con cada pack de lentillas nuevo.



- **¡Respeta el tiempo de reemplazo de las lentillas!** No conviene usarlas más tiempo del indicado por el fabricante. Aún limpiándolas diariamente existen depósitos y lípidos que se adhieren en las lentillas por eso son desechables.

Una lentilla nueva es una lentilla limpia y sana.

- No las laves nunca con agua ya que podrían contaminarse con una bacteria
- **Hazte revisiones periódicas** : aunque veas bien debes ir a tu centro óptico para realizarte una revisión anual y comprobar tu salud ocular además de tu visión.
- Compra tus lentes de contacto en lugares fiables y autorizados

Las lentillas son un producto sanitario y deben ser prescritas por un profesional. Asegúrate de están homologadas por los organismos correspondientes.

Recuerda que cuidar tus lentillas es cuidar tus ojos.