

1•DAY ACUVUE® MOIST™ BRAND CONTACT LENSES

včetně kontaktních čoček 1•DAY ACUVUE®

Pokyny pro denní nošení jednorázové použití














Příručka pro uživatele kontaktních čoček

Johnson & Johnson

CE
0086

Symbole na krabičkách

Na blistrech a krabičkách s kontaktními čočkami 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ a 1 • DAY ACUVUE® se zabarvením pro snadnou manipulaci a s UV filtrem jsou znázorněny symboly, jejichž význam je uveden v následující tabulce.

SYMBOL	DEFINICE	SYMBOL	DEFINICE
	Viz informace na příbalovém letáku		Certifikát kvality EU
	Použit do: (je uvedeno datum expirace)		UV filtr
	Číslo výrobní šarže		Zaplaceny poplatky za zpracování odpadu
	Sterilizováno parou nebo suchým teplem		Zde odtrhněte fólii
DIA	Průměr		Omezení prodeje a objednávání na oční specialisty (značka platná pro USA)
BC	Rádius (zakřivení zadní plochy)		
D	Optická mohutnost v dioptriích		
CT	Centrální tloušťka		
	Indikátor rub-lic: správná poloha		Indikátor rub-lic: nesprávná poloha

Obsah

Symboly na krabičkách	2
Kontaktní čočky 1 • DAY ACUVUE® MOIST™, a 1 • DAY ACUVUE®	4
Upozornění	6
Hygienické postupy	8
Balení kontaktních čoček	10
Manipulace s čočkami před nasazením	11
Nasazení čočky na oko	12
Centrování	14
Jak postupovat při adhezi („přilepení“) čočky	15
Vyjmutí čočky	16
Pokud vám čočky dojdou	18
Instrukce pro korekci technikou monovision	19
Řešení problémů s kontaktními čočkami	21
Další důležité informace	22
Souhrn	24
Informace o aplikovaných čočkách	27

Kontaktní čočky 1 • DAY ACUVUE® MOIST™, 1 • DAY ACUVUE® a 1 • DAY ACUVUE® COLOURS™

Bezpečné, pohodlné, příjemné

Blahopřejeme vám k výběru kontaktních čoček značky 1 • DAY ACUVUE® společnosti Johnson & Johnson, největšího světového výrobce kontaktních čoček.

Kontaktní čočky 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ a 1 • DAY ACUVUE® jsou měkké, tenké a ohebné. Jsou proto pohodlné od prvního nasazení a umožňují vysokou propustnost kyslíku pro maximálně zdravý způsob nošení. Současně poskytují ochranu proti UV záření.*

Kontaktní čočky 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ a 1 • DAY ACUVUE® jsou lehce zabarveny a obsahují indikátor rub-líc pro snadnější manipulaci.

Revoluční technologie umožňuje vyrábět špičkové kontaktní čočky 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ a 1 • DAY ACUVUE® za přijatelnou cenu, která dovolí tyto čočky každý den a po každém sejmutí vyměňovat. To znamená, že čočku zahodíte dříve, než se na ní mohou vytvořit usazeniny zhoršující kvalitu nošení těchto čoček. Tak si zachováte každodenní a celodenní pocit pohodlí, ostré vidění a dobrý zdravotní stav vašeho zraku. Výrobní proces zaručuje stále stejné kontaktní čočky, jednu jako druhou, takže získáváte stále stejně kvalitní vidění a pocit pohodlí.

Kontaktní čočky **1 • DAY ACUVUE® MOIST™** a **1 • DAY ACUVUE®** jsou, stejně jako všechny jiné kontaktní čočky, zdravotnickým prostředkem. Pravidelné kontroly u vašeho kontaktologa jsou bezpodmínečné pro zachování zdravého stavu vašich očí. Vzhledem k tomu, že jsou tyto čočky určeny k dennímu nošení a jednorázovému použití, nepotřebujete k nim čisticí ani dezinfekční roztoky určené k péči o čočky.



Kontaktní čočky 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ a 1 • DAY ACUVUE® jsou určeny pro denní nošení a jednorázové použití.

Každé ráno si nasadíte nový pár, vždy před spaním ho vyjměte a vyhodíte. Tak získáte nejzdravější a nejpohodlnější způsob nošení kontaktních čoček.

Upozornění

Co byste měli vědět o používání kontaktních čoček

Zásadní význam pro správné použití kontaktních čoček a prostředků určených k jejich ošetřování včetně pouzder na čočky má důsledné dodržování pokynů vašeho kontaktologa. Nesprávné použití kontaktních čoček nebo prostředků k jejich ošetřování může mít za následek vážné poškození očí.

Ve vzácných případech se vyskytla oční onemocnění, včetně vředu rohovky, která mohou vést až ke ztrátě zraku. Na základě výzkumů¹ byly zjištěny tyto poznatky:

- Celkový roční výskyt infekčních rohovkových vředů (ulcerativní keratitidy) u pacientů používajících měkké kontaktní čočky pouze ve dne se odhaduje na 4,1 na 10 000 uživatelů čoček, při prodlouženém způsobu nošení se riziko zvyšuje na 20,9 na 10 000 uživatelů.
- Nebezpečí keratitidy je 4krát až 5krát vyšší při prodlouženém nošení kontaktních čoček než při jejich používání pouze ve dne.
- Pokud ze srovnání vyloučíme případy, kdy pacienti používali čočky určené pro denní nošení i přes noc, a případy, kdy byly čočky určené k prodlouženému nošení používány pouze přes den, je riziko u prodlouženého nošení dokonce 10krát až 15krát vyšší než u denního nošení.
- Riziko v případě prodlouženého použití narůstá s počtem dní nepřetržitého nošení od prvního ponechání čoček přes noc.
- Nebezpečí vzniku keratitidy u pacientů s kontaktními čočkami je přibližně 3krát až 8krát vyšší u kuřáků než u nekuřáků.

¹New England Journal of Medicine, September 21, 1989

- Celkové riziko keratitidy lze snížit správným dodržováním instrukcí o správné hygieně a způsobu nošení čoček.

Varování: Kontaktní čočky s UV filtrem nejsou náhradou ochranných pomůcek proti UV záření ani slunečních brýlí s UV filtrem, protože nekryjí celý povrch oka. Uvedené pomůcky je nutno při nošení čoček dále používat podle pokynů.

Poznámka:

Dlouhodobá expozice UV záření je jedním z rizikových faktorů šedého zákalu (katarakty). Velikost expozice závisí na mnoha okolnostech, jako jsou např. prostředí (zeměpisná poloha, geografie terénu, oblačnost) a osobní faktory (rozsah pobytu v exteriéru). Kontaktní čočky s UV filtrem pomáhají chránit oko proti škodlivému UV záření. Zatím však nebyly dokončeny studie, které by spolehlivě potvrdily, že nošení kontaktních čoček s UV filtrem snižuje riziko vzniku katarakty a dalších očních chorob.

Váš oční odborník vám může sdělit více aktuálních informací.



Hygienické postupy

Příprava před nasazením

Prvním a nejdůležitějším předpokladem správné péče o kontaktní čočky je čistota.

Vytvořte si správný rutinní hygienický postup pro manipulaci s kontaktními čočkami.

- Před každou manipulací s čočkami si vždy důkladně umyjte ruce jemným mýdlem, opláchněte je a osušte ručníkem, který nepouští chlupy.
- Před manipulací s čočkami nepoužívejte mýdla s přísadou krému, pleťové vody nebo deodorantu. Nejvhodnější je nasazovat kontaktní čočky před aplikací make-upu. Kosmetické přípravky s vodným základem poškozují čočky méně než přípravky s olejovým základem.
- Při použití vlasových sprejů nebo jiných aerosolů ponechte oči zavřené.
- Poradte se se svým očním odborníkem o nošení čoček při sportovních aktivitách včetně plavání a dalších vodních sportů.





**Zcela nová čočka
při každém
nasazení**

- Vždy dodržujte pokyny uvedené v této brožuře a doporučení vašeho kontaktologa ke správné manipulaci, nasazování, snímání a používání vašich kontaktních čoček.
- Nikdy nenoste čočky delší dobu než je vám doporučeno.

Balení kontaktních čoček

Krabičku otevřete odtržením chlopně přilepené na její přední části.

Každá čočka je uložena jednotlivě ve svém vlastním blistru pro dodržení sterility, 5 blistrů je navzájem spojeno.

Po vyjmutí čočky zavřete krabičku přiklopením a zasunutím okraje chlopně.

NIKDY NEPOUŽÍVEJTE čočky z poškozených nebo dříve otevřených blistrů.

Otevření jednotlivého blistru s čočkou

1. Nejdříve oddělte jeden blistr z pruhu. Dávejte pozor, abyste zbývající blistry nepoškodili.
2. Zatřepejte blistrem, aby se čočka uvolnila do roztoku (odlepila od stěny).
3. Odtrhněte krycí fólii. Někdy může být čočka přichycena na vnitřní straně fólie nebo na stěnách vaničky. To neovlivňuje sterilitu čočky a její použití je zcela bezpečné.



4. Manipulujte s čočkou opatrně, dotýkejte se jí pouze konečky prstů. Nedotýkejte se kontaktní čočky nehty, tak může snadno dojít k jejímu poškození. Je vhodné udržovat nehty krátké a hladké.
5. Opatrně vyjměte čočku jejím posunutím ke kraji vaničky. K vyjmutí čočky nepoužívejte pinzetu ani žádnou jinou pomůcku.

Manipulace s čočkami před nasazením

Při nasazování čoček si zvykněte začínat vždy čočkou určenou pro pravé oko, abyste předešli záměně.

Před nasazením vždy zkontrolujte, jestli je čočka čistá a neporušená. Pokud je poškozená, použijte novou.

Zkontrolujte, zda čočka není obrácena vnitřní stranou ven (naruby).

Položte čočku na špičku ukazováku a dejte ji lehce nad úroveň očí tak, abyste se dívali na čočku z vnější strany.

Pro 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ a 1 • DAY ACUVUE®



Rada pro snadnější manipulaci

Manipulace s čočkami 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ a 1 • DAY ACUVUE® je snadnější, necháte-li je lehce oschnout: Položte čočku na suchý prst a ponechte ji v klidu po dobu 5 až 10 vteřin.

Po několika vteřinách zjistíte, že čočka lépe drží svůj tvar a že můžete snadněji zjistit, zda není obrácena naruby.

Poznámka: Pokud si potřebujete před nasazením čočku zvlhčit, použijte pouze sterilní roztok, který je k tomu určen a doporučen vaším kontaktologem.

NIKDY NEPOUŽÍVEJTE VODU Z VODOVODU.

Nasazení čočky na oko

1. Pamatujte na to, že při nasazování byste měli vždy začínat pravým okem. Poté, co čočku zkontrolujete a zjistíte, že je obrácena správnou stranou ven, položte ji na špičku ukazováku.
2. Prostředník téže ruky položte těsně pod spodní řasy a odtáhněte spodní víčko.
3. Ukazovákem nebo prostředníkem druhé ruky zvedněte horní víčko. Přiložte čočku na oko.
4. Jemně uvolněte víčka a zamrkejte.
5. Stejným postupem nasadíte čočku na levé oko.

Existují ještě další postupy nasazování čoček. Pokud Vám uvedená metoda nevyhovuje, poraďte se se svým kontaktologem.



Centrování

Čočka se při nasazení většinou „usadí“ na oku sama a běžně se nestává, že by se vycentrovaná čočka samovolně při nošení posunula na bělmo oka. Může se to však přihodit, pokud nepostupujete při nasazování a snímání čoček správně. Pokud se to stane, lze čočku znovu umístit do středu těmito způsoby:

Zavřete oči a jemným masírováním víčka posuňte čočku na správné místo.

nebo Nechte oko otevřené a tlakem prstů na kraje horního a dolního víčka jemně posuňte čočku na střed oka.

Poznámka:

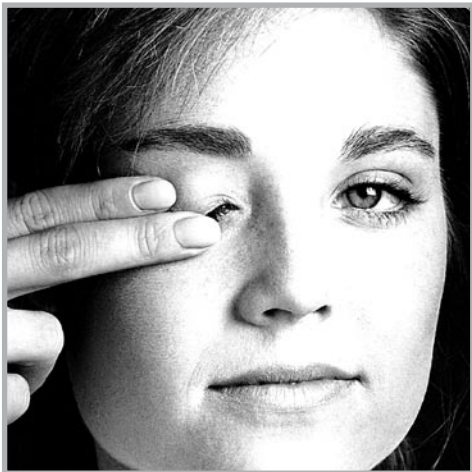
Pokud máte po nasazení čočky rozmazané vidění, mohou být příčiny následující:

- Čočka není na oku centrována. V tom případě postupujte podle výše uvedených postupů.
- Pokud je čočka centrována, sejměte ji a zkontrolujte:
 - a) Na čočce mohou být zbytky kosmetiky nebo olejové usazeniny. V tom případě čočku vyhoďte a použijte novou.
 - b) Čočka může být na nesprávném oku.
 - c) Čočka může být naruby, což může také snížit pocit pohodlí.

Jak postupovat při adhezi („přilepení“) čočky

Pro případ, že se čočka „přilepí“ na oko (přestane se pohybovat), je vhodné použít zvlhčující roztok, který vám může být doporučen vaším kontaktologem pro zvýšení pohodlí nošení čoček.

Nakapejte několik kapek do oka a vyčkejte až se čočka stane volně pohyblivou a poté ji sejměte. Pokud adheze čočky přetrvává i po několika minutách, je nutné **IHNED** vyhledat svého kontaktologa nebo očního lékaře.



Vyjmutí čočky

Snímejte jako první vždy čočku ze stejného oka.

Před vyjmutím čoček si důkladně umyjte, opláchněte a osušte ruce. Postupujte podle již dříve popsaných hygienických pravidel.

Upozornění:

Dříve než začnete s vyjímáním čoček, vždy se ujistěte, že je čočka na rohovce.

Zjistíte to tak, že si zakryjete druhé oko. Je-li vidění neostré, čočka je buď na bělmu, nebo není na oku vůbec. Polohu čočky zjistíte, když prozkoumáte horní část oka tak, že odtáhnete horní víčko a díváte se dolů do zrcátka.

Spodní část oka prozkoumáte tak, že odtáhnete spodní víčko.

Poté, co jste zjistili polohu čočky, můžete ji vyjmout pomocí zmáčknutí mezi ukazovákem a palcem nebo jinou metodou, kterou vám doporučí váš kontaktolog.

Vyjmutí zmáčknutím

1. Při pohledu nahoru posuňte ukazovákem čočku na bělmo ve spodní části oka.
2. Jemně zmáčkněte čočku palcem a ukazovákem a vyjměte ji.



Pokud vám čočky dojdou

Je důležité mít stále k dispozici dostatečnou zásobu kontaktních čoček ke každodenním výměnám.

Abyste předešli jejímu vyčerpání, musíte s předstihem informovat svého kontaktologa, aby je mohl pro vás objednat a připravit.

Kontaktní čočky 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ a 1 • DAY ACUVUE® jsou určeny pro denní nošení a jednorázové použití. Vzhledem k tomu nepotřebujete žádné čisticí ani dezinfekční roztoky určené k péči o čočky (mimo roztoků k oplachování a zvlhčujících roztoků).

Pokud vám kontaktní čočky z nějakého důvodu dojdou, musíte používat brýle.

I když se kontaktní čočky 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ a 1 • DAY ACUVUE® stanou vaším preferovaným způsobem korekce, pamatujte, že brýle jsou nezbytnou zálohou pro všechny nositele kontaktních čoček.

Instrukce pro korekci technikou monovision

Korekce technikou monovision se používá ke korekci presbyopie (neschopnost oka se zaostřit na různé vzdálenosti, narůstající s věkem). Při monovision je jedno oko korigováno na dálku a druhé na blízko.

Pokud vám kontaktolog doporučí monovision, musíte vzít do úvahy následující údaje:

Stejně jako u běžné korekce kontaktními čočkami může docházet k nezbytným kompromisům, které mohou snižovat zrakovou ostrost. Někteří nositelé kontaktních čoček technikou monovision pociťují zhoršení vnímání hloubky obrazu. Někteří z nich mají potíže přizpůsobit se této změně.

Krátce až po dobu několika týdnů mohou v rámci adaptace přetrvávat příznaky zamlžení nebo kolísání vidění. Čím déle potíže přetrvávají, tím je nižší šance na úspěšnou adaptaci.

V průběhu tohoto období je vhodné nosit kontaktní čočky pouze ve známém prostředí a při činnostech bez zvláštních zrakových nároků. Například, dokud nedošlo k plnému přivyknutí, není vhodné řídit auto.

Někteří uživatelé kontaktních čoček technikou monovision potřebují použít navíc brýle při zvýšených nárocích na zrak.

- V některých případech není při monovision dosaženo nikdy pohodlného vidění při zhoršených světelných podmínkách, například při řízení vozidla v noci. Pak vám mohou být doporučeny přídavné brýle pro případ potřeby oboustranného ostrého vidění do dálky.
- Rozhodnutí o používání kontaktních čoček technikou monovision je možné pouze po konzultaci s kontaktologem.
- Dodržujte pečlivě všechny obdržené instrukce, které vám pomohou při adaptaci a konzultujte s očním odborníkem všechny problémy, které v průběhu adaptace nastanou.

Řešení problémů s kontaktními čočkami

Aspoň jednou denně proveďte jednoduchý test. Položte si tyto tři otázky:

1. „Cítím se dobře s čočkami na očích?“
2. „Vypadají moje oči normálně?“
3. „Vidím dobře?“

Vyměňte čočky vždy, když se setkáte s těmito problémy:

- Pocit pálení, řezání a píchání v očích.
- Pocit cizího tělíska v oku.
- Nadměrné slzení, neobvyklá sekrece a zčervenání očí.
- Mlhavé vidění, barevné kruhy kolem světel.
- Pocit nadměrného sucha při prodlouženém nebo příliš dlouhém nošení.
- Nižší pocit pohodlí než při prvním nasazení.

Pokud potíže po sejmutí čoček odezní, pečlivě čočky zkontrolujte zda nejsou poškozeny nebo znečištěny. Zahodte je a nasadte nové.

Pokud problémy přetrvávají, čočky sejměte a vyhledejte svého očního odborníka.

Výše uvedené příznaky mohou souviset s vážnými komplikacemi (např. se záněty rohovky). Včasná diagnóza a léčba je nezbytná pro zachování dobrého zraku.

**PAMATUJTE: OBTÍŽE JSOU VAROVNÝM ZNAMENÍM.
POKUD MÁTE POCHYBNOSTI, ČOČKY VYJMĚTE.**

Další důležité informace

Upozornění

- Před opuštěním aplikačního střediska si musíte být jisti, že jste schopni si čočky vyjmout z očí.
- Ihned vyjměte čočky, pokud oko zčervená nebo je podrážděné.
- Informujte svého lékaře, že nosíte kontaktní čočky.
- Před použitím jakýchkoli očních léků se vždy poradte se svým lékařem.
- Určité léky, jako např. antihistaminika, léky snižující překrvení, diuretika, svalová relaxancia, léky na uklidnění a proti nevolnosti, mohou působit suchost očí, zvýšenou citlivost na čočky nebo neostře vidění. Pokud se setkáte s nějakým problémem, vyhledejte patřičnou lékařskou pomoc.
- Pokud se vám do oka dostanou chemikálie, **OKAMŽITĚ JE VYPLÁCHNĚTE VODOU A VYHLEDEJTE ODBORNOU LÉKAŘSKOU POMOC.**
- Perorální antikoncepční prostředky mohou vyvolat změny ve vidění a ve snášenlivosti kontaktních čoček. Zjistíte-li tyto změny, obraťte se na svého lékaře.
- V zájmu dlouhodobého bezpečného používání čoček jsou důležité pravidelné prohlídky.

- Pro zdravé a pohodlné vidění je důležité nosit kontaktní čočky 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ a 1 • DAY ACUVUE® podle doporučení kontaktologa. Tyto čočky jsou určeny pro denní nošení a jednorázové použití. Po každém sejmutí se musí vyhodit. Tato brožura slouží k připomenutí těchto doporučení.
- Váš kontaktolog musí být informován o vašem zdravotním stavu, aby vám mohl doporučit kontaktní čočky a prostředky k péči podle vašich potřeb.
- Zeptejte se svého kontaktologa na použití kontaktních čoček při plavání a při dalších vodních sportech. Kontakt čoček s vodou při plavání nebo při pobytu v páře může zvyšovat riziko mikrobiální infekce.
- Při nošení čoček se vyhněte škodlivým nebo dráždivým výparům a kouři.
- Informujte svého zaměstnavatele o tom, že nosíte kontaktní čočky, protože některá povolání mohou vyžadovat ochranné oční pomůcky, případně není vhodné při jejich výkonu kontaktní čočky používat.
- Pokud máte nějaké nejasnosti, zeptejte se svého kontaktologa.

Souhrn

Jako u všech typů kontaktních čoček existují i zde základní pravidla, která musí být dodržována pro ochranu a bezpečnou korekci vašeho zraku.

- Vždy dodržujte instrukce, které jste obdrželi pro bezpečné nošení kontaktních čoček. Pravidelné kontroly jsou nezbytné pro udržení špičkové korekce a zdravého vidění.
- Nezbytné je dodržování vysokého hygienického standardu.
- Vyjměte čočky každý večer, NIKDY nespěte s nasazenými čočkami.
- Na oči nasazujte vždy nový pár čoček.
- NIKDY opakovaně nepoužívejte roztok v pouzdru na čočky. Pokaždé, když čočky vyjmete, použijte čerstvý roztok.
- NIKDY nepoužívejte vodu z vodovodu k oplachování čoček.
- NIKDY nenoste čočky nasazené po delší dobu, než je vám doporučeno.
- Při problémech jako je např. zarudnutí nebo podráždění oka nebo v případě rozmazaného vidění OKAMŽITĚ čočky vyjměte a obraťte se na svého kontaktologa nebo očního lékaře.
- Mějte vždy po ruce brýle, abyste nebyli v pokušení mít čočky na očích v době, kdy by měly být vyjmuté. I když při korekci vašeho zraku dáváte přednost kontaktním čočkám, jsou brýle nezbytným rezervním prostředkem korekce.

Jako nositel kontaktních čoček 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ nebo 1 • DAY ACUVUE® brzy poznáte jejich přednosti oproti brýlím a jiným kontaktním čočkám.

V zájmu jejich maximální účinnosti a bezpečnosti je nezbytné, abyste dodržovali všechny rady a instrukce vašeho kontaktologa a ty které jsou obsaženy v této příručce.

Nepříznivé reakce

Všechny nepříznivé reakce v souvislosti s nošením kontaktních čoček 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ nebo 1 • DAY ACUVUE® sdělte svému kontaktologovi.



Poznámky

Informace o aplikovaných čočkách

1 • DAY ACUVUE® a 1 • DAY ACUVUE® MOIST™

Pravé oko

hodnota a rádius

.....

Levé oko

hodnota a rádius

.....

KONTAKTNÍ ČOČKY 1 • DAY ACUVUE® MOIST™
a 1 • DAY ACUVUE® JSOU URČENY PRO DENNÍ NOŠENÍ
A JEDNORÁZOVÉ POUŽITÍ.

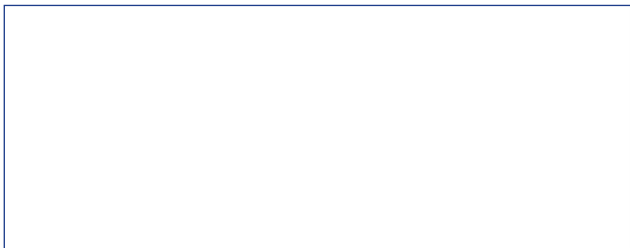
S případnými dotazy nebo problémy se obraťte na vašeho kontaktologa, jehož adresa je uvedena v rámečku na zadní straně obálky.

Pravidelné kontroly jsou důležité pro zachování zdraví vašich očí.

Rozpis kontrol

1.	2.
3.	4.
5.	6.

Váš kontaktolog:



Johnson & Johnson
Vision Care

Johnson & Johnson, s. r. o., Karla Engliše 3201/6, 150 00 Praha 5

www.acuvue.cz

1 • DAY ACUVUE® a 1 • DAY ACUVUE® MOIST™ jsou ochranné známky JANSSEN PHARMACEUTICA N. V.

Datum revize: duben 2008

© Johnson & Johnson, 2008