

# Hantering mjuka kontaktlinser

För att undvika att linserna blandas ihop, bör du göra en vana att alltid börja med den högra kontaktlinsen. Kontaktlinsen ska vara ren och lätt fuktig.



## Kontrollera att linsen är åt rätt håll

Kontrollera att linsen är åt rätt håll:  
Den ska ha sin naturligt böjda form.  
Om linskanten är böjd utåt som en tallrik är linsen ut och in.  
Den kan vändas med ett lätt tryck med fingerspetsen.  
Kontrollera kontaktlinsen genom att placera den på pekfingeret och titta på den.

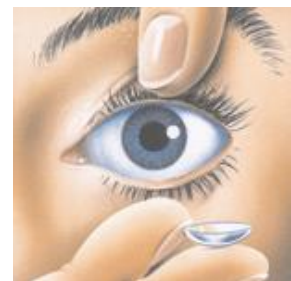


## Isättning av mjuka kontaktlinser

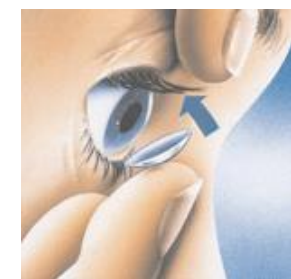
Tvätta dina händer noggrant – hygien är av yttersta vikt vid kontaktlinshantering.  
Titta i spegeln när du sätter i linserna.  
Ta kontaktlinsen för höger öga ur linsetuiet och skölj med lämplig sköljvätska.  
Placera linsen på spetsen av pekfingeret.



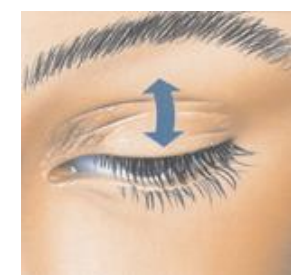
Använd båda långfingerarna och dra isär de övre och undre ögonlocken.



Sätt kontaktlinsen i ögat med pekfingeret.



Släpp ögonlocken försiktigt – en blinkning kommer centrera kontaktlinsen på ögat.  
Upprepa på vänster öga.  
Om kontaktlinsen faller av ditt finger, skölj den ordentligt igen innan du fortsätter.



## Uttagning av mjuka kontaktlinser

### Metod 1

Tvätta dina händer noggrant. Återigen börja med höger kontaktlins.

Titta i spegeln. Förvissa dig om att kontaktlinsen fortfarande är kvar i ögat.

Titta uppåt och tryck kontaktlinsen till den nedre halvan av ögat med fingertoppen.

Ta tag i kontaktlinsen med tummen och pekfingeret och lyft bort från ögat.

Placera kontaktlinsen i linsetuiet.



## Uttagning av mjuka kontaktlinser

### Metod 2

Håll ena handen under ögat och placera den andra handens pekfinger på mitten av det övre ögonlocket.

Tryck försiktigt medan du blinkar.

Kontaktlinsen ska falla in i din öppna hand.

Placera kontaktlinsen i linsetuiet.

