

## LINSSKÖTSEL

När du tar ur dina Menicon Z Night-linser på morgonen, rekommenderar vi rengöring, sköljning och desinficering med MeniCare Plus Allt-i-ett-lösning.



En gång i veckan, gör en fördjupad rengöring med Menicon Progent vilket kommer att säkerställa optimal linskomfort och hållbarhet (läs instruktionen som följer med i förpackningen).



### FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRDER:

- Rengör och torka händerna noggrant före hantering av dina Menicon Z Night-linser.
- Använd absolut inte kranvatten till dina linser.
- Ta bort smink innan du sätter i dina linser för natten.
- Ändra inte skötselsystem utan att ha diskuterat det med din optiker.
- Till natten, töm din linsbehållare, skölj ur med MeniCare Plus och låt det torka. Byt linsbehållaren minst var tredje månad.
- Skulle du uppleva röda ögon, obehag eller irritation under natten, ta ur dina linser omedelbart och kontakta din optiker på morgonen.



För dina ögons säkerhet, följ din optikers rekommendationer noggrant.



## UTPROVNINGEN

### FÖRSTA BESÖKET:

Din optiker analyserar hornhinnans form (topografi) för att avgöra hur dina nattlinser ska utformas.

### ANDRA BESÖKET:

Menicon Z Night-linser provas och kontrolleras på dina ögon.

### UPPFÖLJNING EFTER DEN FÖRSTA NATTEN:

Efter bärande av dina linser den första natten, måste du komma för kontroll på morgonen. Optikern gör en bedömning av hornhinnans förändring och kontrollerar att ögonen mår bra. Stabil synskärpa hela dagen kommer i allmänhet uppnås inom cirka en vecka, men detta kan variera från en bärare till en annan, särskilt beroende på hur kraftigt närsyntheten var från början.

### UPPFÖLJNING EFTER DEN FÖRSTA VECKAN OCH SEDAN EFTER 3 VECKOR:

Kontrollen på morgonen efter en veckas användning sker utan dina linser på. Därefter en ny kontroll efter cirka tre veckor, då på sen eftermiddag. Även om analys av hornhinnans topografi efter den första natten och första veckan visar en positiv effekt, är det topografin vid kontrollen efter tre veckor som räknas för att bedöma hur tillpassningen fungerat.

### KONTROLL EFTER 2, 6 OCH 12 MÅNADER:

Det är viktigt att kontrollera ögonen (utan dina linser) efter 2, 6 och 12 månader, och därefter med 6-månaders intervall för att kontrollera att dina ögon mår bra.

## LINSBYTE

### NYA LINSER:

- Förnya dina Menicon Z Night-linser en gång om året.

Kontaktuppgifter till din optiker

Holms Optik  
Drottninggatan 7  
252 21 Helsingborg  
www.holmsoptik.se - 042-135447

CE 0344 NKL Contactlinsen, Emmen, The Netherlands

www.nordiskalins.se

# Menicon Z Night



Korrigerar din närsynthet medan du sover och njut av bra syn hela dagen utan glasögon eller linser

ANVÄNDARGUIDE



NORDISKA  
**lins**  
En del av Multilens

**Menicon**

## HUR GÅR DET TILL ?

Du sover med Menicon Z Night kontaktlinser och tar ut dem på morgonen. Din hornhinna har under natten omformats och du ser bra utan glasögon eller linser.

Linserna är utformade så att de plattar till den centrala delen av hornhinnan och på så sätt korrigeras din närsynthet och astigmatism. Du sover med dem och på morgonen när du vaknar tar du ut dem. Den korrigerande effekten sitter sen i hela dagen, så Menicon Z Night befriar dig helt från glasögon och kontaktlinser din vakna tid. Effekten är reversibel (återgående) när du slutar använda linserna.



## VEM KAN ANVÄNDA Z NIGHT ?

De som har närsynthet (upp till 4 dioptrier) och / eller astigmatism (upp till 2,5 dioptrier) och som inte vill bära glasögon eller linser under dagen.

## FÖRDELAR

- Hornhinnans förändrade form är helt reversibel, till skillnad från refraktiv kirurgi.
- Bra syn hela dagen utan linser eller glasögon.
- Inga allergier, ingen känsla av torrhet och inga problem med damm.
- Maximal syresättning av hornhinnan tack vare unika Z-materialet.
- Olika färg på linserna för att skilja höger från vänster lins.

Den här guiden beskriver användningen av Menicon Z Night-linser. Att följa dessa rekommendationer är mycket viktigt för att inte äventyra din synhälsa. Varje Menicon Z Night-lins levereras i en speciell (polyhexametylenbiguanid) vattenlösning. När du har öppnat den ursprungliga behållaren, skall lösningen inuti hällas bort och linserna sköljas med MeniCare Plus-lösning innan de placeras på hornhinnan. Linserna är tillverkade av det extremt syregenomsläppliga Menicon Z-materialet som låter dina ögon andas.

## ISÄTTNING PÅ KVÄLLEN

Sätt i dina linser på kvällen, när det är dags att sova. Börja alltid med samma öga. (Höger: rosa, Vänster: blå):

- Skölj höger lins med MeniCare Plus-lösningen och placera den på toppen av ditt högra pekfinger. Fyll linsen med Menicare Plus eller annan produkt rekommenderad av din optiker.
- Luta huvudet framåt
- Använd vänster pekfinger, lyft övre ögonlocket. Med höger långfinger, håll i det undre ögonlocket och placera linsen på hornhinnan med höger pekfinger.
- Släpp försiktigt det nedre och sedan det övre ögonlocket.



## ANVÄNDBARA TIPS

- De flesta bärare uppnår tillräckligt god syn hela dagen utan linser eller glasögon efter användande av Menicon Z Night under två eller tre nätter. Bästa resultat uppnås efter en till tre veckor.
- För optimal effekt är det viktigt att använda linserna varje natt (minst 6 timmar).
- Synskärpan kan inledningsvis variera från en dag till en annan och variera från ena ögat till det andra.
- Om synskärpan försämras före slutet av dagen, kontakta din optiker.
- Kontrollera att du ser tillräckligt bra innan du kör bil på kvällen.
- Det är viktigt att alltid ha med sig Menicon Z Night-linserna, för att kunna ta till dem om synskärpan inte längre är tillräcklig.

## URTAGNING PÅ MORGONEN

På morgonen, ta ur dina linser 5 till 15 minuter efter du har vaknat.

- På morgonen, kontrollera att dina linser rör sig på hornhinnan innan de tas bort. Några droppar fuktgivande lösning kan underlätta urtagning. Vänta i 5 till 15 minuter innan du tar ur dem.

- Metod 1: Luta huvudet framåt och placera ditt högra pekfinger på undre ögonlocket, i nivå med dina ögonfransar och vänster pekfinger på övre ögonlocket i nivå med ögonfransarna. Öppna ögonen så mycket som möjligt och använd dina fingrar för att med ett lätt tryck få linsen att släppa från hornhinnan.



- Metod 2: Luta huvudet framåt, öppna dina ögon så mycket som möjligt, titta rakt framåt och dra hårt på den yttre sidan av dina ögonlock, fånga linsen i handflatan med den andra handen.



- Metod 3: Använd en sugpropp för att ta ur linsen.

Om dina linser inte rör sig:

- Om dina linser inte rör sig, droppa några droppar tårsubstitut i ögat och se om det får dem att lossna. Om inte, gör följande:
- Droppa i ytterligare några droppar
- Titta uppåt, sätt fingret på nedre ögonlocket vid den nedre kanten av linsen och tryck på nedre ögonlocket tre gånger.
- Titta nedåt, placera ditt finger på ögonlocket ovanför övre kanten på linsen och tryck tre gånger.
- Titta rakt fram och blinka tre gånger.
- Upprepa tills linsen rör sig.
- Vänta tills linsen rör sig innan du tar bort den.
- Om du är osäker, kontakta din optiker.