


Bonnes habitudes pour vos lentilles souples

Félicitations pour votre nouvelle paire de lentilles souples !

Afin de maintenir un succès continu avec vos lentilles, revoyez attentivement ces bonnes habitudes.

1. Lavez soigneusement vos mains avec du savon. Rincez et séchez avant de manipuler vos lentilles.^{1,2}



2.  N'utilisez pas l'eau du robinet pour nettoyer ou manipuler vos lentilles.³⁻⁷

3. Votre solution d'entretien a été choisie spécifiquement pour votre type de lentille. Ne pas changer le type de solution sans en discuter avec votre optométriste.⁸⁻¹¹

Votre solution d'entretien est _____.


4. Pour garder vos lentilles confortables, nettoyez-les en les frottant avec la solution d'entretien prescrite, afin d'enlever les protéines, les huiles et le maquillage qui se sont accumulés durant le port.^{12,13}



5. Évitez les marques génériques de solutions. Celles-ci peuvent souvent changer de formulations et pourraient ne pas être compatibles avec votre type de lentilles.¹⁴⁻¹⁷

6. Toujours refermer la bouteille de solution.^{1, 18}



7.  Souhaitez-vous dormir ou faire une sieste avec vos lentilles? Demandez à votre docteur si vos lentilles vous le permettent.^{19, 20}

8. Ne jamais partager vos lentilles avec une autre personne.²¹⁻²³

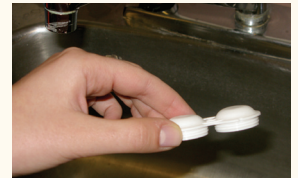
9. Demandez à votre docteur si vos lentilles doivent être retirées avant d'administrer des gouttes pour les yeux (médicament ou larme artificielle).²⁴⁻²⁶



10. Maintenez votre étui propre en tout temps. Nettoyez l'étui avec la solution recommandée et laissez le sécher complètement à l'air libre, à l'envers sur un essuie-tout, sans le refermer. Il est recommandé de remplacer l'étui au moins aux 3 mois.^{2, 27-30}



11. Videz complètement la solution de l'étui à chaque jour. Ne jamais ajouter de solution dans l'étui, s'il y en a déjà.^{12, 28, 31}



12. Le port sécuritaire de lentilles, ne devrait pas induire de rougeur, d'inconfort ou de troubles visuels. Si vous avez des préoccupations, consultez votre optométriste.

13. Votre optométriste a choisi une fréquence de remplacement qui vous convient. Il est important de la respecter.^{32, 33}

Votre prochain rendez-vous pour votre suivi en lentilles cornéennes est :

Vos lentilles devront être remplacées chaque :

jours 2 semaines mois

Références

1. Szczotka-Flynn LB, Pearlman E et al. Microbial contamination of contact lenses, lens care solutions, and their accessories: a literature review. *Eye & Contact Lens* 2010; 36(2): 116-129
2. Wu Y, Carnt N et al. Contact lens user profile, attitudes and level of compliance to lens care. *Cont Lens Ant Eye* 2010; 33(4): 183-188
3. Shoff ME, Joslin CE et al. Efficacy of contact lens systems against recent clinical and tap water acanthamoeba isolates. *Cornea* 2008; 27(6): 713-719
4. Joslin CE, Tu EY et al. The association of contact lens solution use and Acanthamoeba keratitis. *Am J Ophthalmol* 2007; 144(2): 169-180
5. Booton G, Joslin CE et al. Genotypic identification of acanthamoeba sp. Isolates associated with an outbreak of acanthamoeba keratitis. *Cornea* 2009; 28(6): 673-676
6. Amos CF, George MD. Clinical and laboratory testing of silver-impregnated lens case. *Cont Lens Ant Eye* 2006; 29(5): 247-255
7. Hall BJ, Jones L. Contact lens cases: the missing link in contact lens safety? *Eye & Contact Lens* 2010; 36(2): 101-105
8. Keir N, Woods CA et al. Clinical performance of different care systems with silicone hydrogel contact lenses. *Cont Lens Ant Eye* 2010; 33: 189-195
9. Carnt N, Evans V et al. IER Matrix update: adding another silicone hydrogel. *Contact Lens Spectrum* 2008; 23(3): 40-43
10. Andrasko G, Ryan K. Corneal staining and comfort observed with traditional and silicone hydrogel lenses and multipurpose solution combinations. *Optometry* 2008; 79(8): 444-454
11. Jones L, MacDougall N et al. Asymptomatic corneal staining and comfort observed with the use of balafilcon silicone-hydrogel contact lenses disinfected with a polyaminopropyl biguanide-preserved care regimen. *Optometry and Vision Science* 2002; 79(12): 753-761
12. Butcko V, McMahon T et al. Microbial keratitis and the role of rub and rinsing. *Eye & Contact Lens* 2007; 33(6): 421-423
13. Cho P, Cheng S et al. Soft contact lens cleaning: rub or no rub? *Ophthal Physiol Opt* 2009; 29: 49-57
14. Wu Y, Carnt N et al. Contact lens and lens storage case cleaning instructions: Whose advice should we follow? *Eye & Contact Lens* 2010; 36(2): 68-72
15. Gromacki S. The truth about generics. *Contact Lens Spectrum* 2005; 20(12): 24
16. Gromacki S. Solution confusion. Supplement to review of *Optometry*; Review of *Cornea & Contact Lens* 2010; 147(1)
17. Ward MA. How private label solutions affect your practice. *Contact Lens Spectrum* 2006; 21(3): 25
18. Collins M, Coulson J et al. Contamination of disinfection solution bottles used by contact lens wearers. *CLAO* 1994; 20(1): 32-36
19. Cho P, Cheung S. Napping in contact lenses-an underestimated risk. *Contact Lens Spectrum* 2010; 51
20. Dumbleton K. Adverse events with silicone hydrogel continuous wear. *Cont Lens Ant Eye* 2002; 25: 137-146
21. Steinemann T, Fletcher M et al. Over-the-counter decorative contact lenses: cosmetic or medical device? A case series. *Eye & Contact Lens* 2005; 31(5): 194-200
22. Steinemann T, Pinninti U et al. Ocular complications associated with the use of cosmetic contact lenses from unlicensed vendors. *Eye & Contact Lens* 2003; 29: 196-200
23. Foulks G. Prolonging contact lens wear and making contact lens wear safer. *Am J Ophthalmol* 2006; 141(2): 369-373
24. Tabuchi N, Watanabe T et al. Adsorption of actives in ophthalmological drugs for over-the-counter on soft contact lens surfaces. *J Oleo Sci* 2009; 58(1): 43-52
25. Kading D. A two-week clinical evaluation of the safety of systane ultra in contact lens-wearing patients. *Clinical Ophthalmology* 2010; 4: 27-32
26. Nichols J, Sinnott L et al. Hydrogel contact lens binding induced by contact lens rewetting drops. *Optometry and Vision Science* 2008; 85(4): 236-240
27. Yung A, Boost M et al. The effect of compliance enhancement strategy (self-review) on the level of lens care compliance and contamination of contact lenses and lens care accessories. *Clinical and Experimental Optometry* 2007; 90(3): 190-202
28. www.fda.gov/MedicalDevices/ProductsandMedicalProcedures/HomeHealthandConsumer/ConsumerProducts/ContactLenses/
29. Willcox M, Carnt N et al. Contact lens case contamination during daily wear of silicone hydrogels. *Optometry and Vision Science* 2010; 87: 456-464
30. Wu Y, Zhu H et al. Impact of air-drying lens cases in various locations and positions. *Optometry and Vision Science* 2010; 87: 465-468
31. Proença-Pina J, Ssi Yan Kai I et al. Fusarium keratitis and endophthalmitis associated with lens contact wear. *Int Ophthalmol* 2010; 30(1): 103-107
32. Dumbleton K, Richter D et al. Compliance with contact lens replacement in Canada and the United States. *Optometry and Vision Science* 2010; 87(2): 131-39
33. Dumbleton K, Woods C et al. Comfort and vision with silicone hydrogel lenses: effect of compliance. *Optometry and Vision Science* 2010; 87(6)