

Sua prescrição

1•DAY ACUVUE® TruEye™

Lente direita
Potência e raio de curvatura

Lentes izquierda
Potencia y radio de curvatura

AS LENTES DEVEM SER DESCARTADAS UMA VEZ RETIRADAS DO OLHO

PERANTE QUALQUER DÚVIDA OU PERGUNTA, CONTACTE O SEU ESPECIALISTA DA VISÃO

Morada e telefone do seu Especialista da Visão

O seguimento periódico por parte do seu Especialista da Visão é importante para uns olhos saudáveis.

As suas visitas de seguimento:

1
2
3
4
5
6

Retirar a sua lente de contacto

- Retire sempre a mesma lente primeiro.
- Lave, enxágue e seque cuidadosamente as mãos e siga as mesmas regras de higiene anteriormente descritas em "Higiene Adequada".

PRECAUÇÕES:

Antes de tentar retirar a lente, verifique sempre que ela se encontra no centro do olho.

Pode fazer essa verificação tapando o outro olho e se a visão ficar turva, significa que a lente está na conjuntiva (parte branca do olho) ou nem sequer está no olho. Para localizar a lente, inspeccione a área superior do olho olhando para baixo num espelho enquanto levanta a pálpebra superior.

A seguir inspeccione a área inferior, puxando para baixo a pálpebra inferior. Depois de encontrar a lente, poderá removê-la utilizando o Método de aperto ou qualquer outro método recomendado pelo seu Especialista de Visão.



Método de Aperto

- Olhe para cima, deslize a lente para baixo até à conjuntiva inferior (parte branca inferior do olho usando o dedo indicador).
- Belisque suavemente a lente entre o polegar e o dedo indicador e retire a lente.

O cuidado das suas lentes de contacto

Para um uso continuado, seguro e confortável das suas lentes, é importante seguir as instruções do seu Especialista da Visão.

NÃO USE líquidos para lentes de contacto com este produto. Não se realizaram testes com produtos de manutenção.

Uma vez retiradas, deite as lentes fora. Não seguir o regime de manutenção correcto pode provocar o desenvolvimento de problemas oculares sérios, como os descritos na secção "O que deve saber sobre a utilização de lentes de contacto".



No caso de ficar sem lentes

É importante que se assegure de que tem sempre um stock adequado das suas lentes para substituí-las.

Para evitar que se esgotem necessitará de tempo para comprá-las e recolhê-las no seu centro de visão.

Se por qualquer motivo ficar sem lentes deverá usar os seus óculos.

Instruções para o sistema Monovisão

No caso do seu Especialista de Visão lhe explicar que necessita de correcção pelo sistema de Monovisão, deverá ter em conta o seguinte:

Tal como acontece com quaisquer outras lentes de correcção, poderá verificar-se uma diminuição na visão. Alguns utilizadores de lentes em sistema de Monovisão têm experimentado uma redução na percepção de profundidade. Alguns pacientes têm dificuldade na adaptação a este tipo de correcção.

Sintomas como uma visão ligeiramente desfocada ou acuidade visual variável poderão durar por pouco tempo ou por várias semanas, enquanto os seus olhos se adaptam.

Quanto maior for o tempo de duração desses sintomas, menores são as possibilidades de uma adaptação bem sucedida.

Durante esse período, será aconselhável utilizar as lentes apenas em situações familiares que não sejam de grande exigência visual. Por exemplo, será aconselhável evitar conduzir até que os olhos se tenham adaptado.

Alguns pacientes talvez necessitem de usar óculos juntamente com as lentes para terem uma visão nítida nas tarefas mais críticas.

- Nalguns casos, os pacientes nunca ficarão confortáveis em situações de pouca luz, como por exemplo, condução nocturna. Se isso acontecer, poderão lhe ser prescritas lentes adicionais, para que ambos os olhos sejam corrigidos quando é necessária uma visão mais nítida à distância.
- A decisão de correcção em sistema Monovisão deverá ser sempre tomada após consultar o seu Especialista de Visão.
- Deverá seguir os conselhos dados pelo Especialista de Visão para ajudar a adaptar-se ao sistema de Monovisão e deverá sempre esclarecer quaisquer receios ou problemas que tenha durante e após o período de adaptação.

Controlo de segurança

Deverá realizar um auto-exame simples pelo menos uma vez ao dia.

Pergunte a si mesmo:

- Como me sinto com as lentes colocadas nos meus olhos?
- Qual o aspecto dos meus olhos?
- Há alguma alteração na visão?

Deverá retirar imediatamente as lentes se experimentar qualquer um dos seguintes sintomas:

- Comichão, ardor ou picadas no olho.
- A sensação de corpo estranho no olho.
- Lacrimar excessiva, secreções oculares anormais ou vermelhidão.
- Visão desfocada, halos coloridos ou auréolas à volta de objectos. Poderá também ocorrer secura ocular se as lentes forem utilizadas continuamente ou por demasiado tempo.
- Sente a lente menos confortável do que quando a colocou pela primeira vez.

Se o desconforto ou o problema desaparecem quando retira a lente, deverá examiná-la cuidadosamente para verificar se está danificada, suja ou com algum corpo estranho. Descarte a lente e coloque uma nova.

Se o problema continuar, retire a lente nova e consulte imediatamente o seu Especialista de Visão.

Qualquer um dos sintomas acima, pode indicar uma condição grave, tal como uma infecção ou uma úlcera da córnea: o diagnóstico e o tratamento atempado são essenciais para evitar danos sérios aos olhos.

LEMBRE-SE: OS SINTOMAS SÃO SINAIS DE ALERTA, EM CASO DE DÚVIDA, RETIRE AS LENTES.

Outras informações importantes

Precauções:

- Certifique-se de que é capaz de retirar as suas lentes, antes de deixar o consultório do seu Especialista de Visão.
- Retire imediatamente as suas lentes se os seus olhos ficarem vermelhos ou irritados.
- Informe o seu médico de que é utilizador de lentes de contacto.
- Aconselhe-se sempre junto do seu Especialista de Visão antes de utilizar quaisquer gotas para os olhos.
- Alguns medicamentos como anti-histamínicos, descongestionantes, diuréticos, relaxantes musculares, tranquilizantes e os utilizados contra enjoos em viagens, poderão causar secura ocular, uma maior percepção da presença das lentes ou uma visão desfocada. Se experimentar algum destes problemas, deverá procurar ajuda médica.
- Se qualquer químico lhe salpicar para os olhos: LAVE IMEDIATAMENTE OS OLHOS COM ÁGUA E CONTACTE DE IMEDIATO O SEU ESPECIALISTA DE VISÃO OU DIRIJA-SE ÀS URGÊNCIAS DO HOSPITAL MAIS PRÓXIMO.**
- Os utilizadores que tomam contraceptivos orais poderão desenvolver alterações da visão ou da tolerância às lentes. O seu Especialista de Visão poderá aconselhá-lo nesta situação.
- Como com qualquer lente de contacto, para garantir a saúde contínua dos olhos são necessárias consultas regulares ao seu Especialista de Visão.
- Nunca permita que ninguém utilize as suas lentes. Elas foram prescritas para os seus olhos e para corrigir a sua visão na medida necessária. A partilha de lentes aumenta significativamente as possibilidades de infecções oculares.
- Para garantir uma visão saudável e confortável, é importante utilizar as Lentes de Contacto 1•DAY ACUVUE® TruEye™ apenas conforme a prescrição do seu Especialista de Visão. Deverá ter em conta as instruções sobre o uso, a substituição e a manutenção das suas lentes. Este manual serve para lhe lembrar essas instruções.
- Deverá manter o seu Especialista de Visão informado acerca do seu historial clínico para que ele lhe possa recomendar uma lente e um sistema de cuidados adaptados às suas necessidades.
- Quando o prazo de substituição recomendado pelo seu Especialista de Visão for ultrapassado, deverá descartar as suas lentes 1•DAY ACUVUE® TruEye™ e substituí-las por um novo par esterilizado.
- Deverá aconselhar-se junto do seu Especialista de Visão acerca da utilização de lentes de contacto durante a natação ou outros desportos aquáticos. A exposição das lentes à água durante a natação ou numa banheira quente poderá aumentar o risco de uma infecção ocular por microorganismos.
- Ao usar lentes, evite todo o tipo de vapores e fumos prejudiciais ou irritantes.
- Informe sempre a sua entidade empregadora de que é utilizador de lentes de contacto. Algumas profissões poderão requerer o uso de equipamento de protecção ocular ou que não utilize as lentes durante o trabalho.

- Se surgir alguma dúvida, informe-se sempre junto do seu Especialista de Visão.

Resumo

Como com qualquer lente de contacto, deve respeitar as instruções básicas para proteger e melhorar a sua visão.

- Siga sempre as instruções recomendadas para um uso seguro das lentes. as revisões regulares são importantes para alcançar o máximo rendimento e uma visão saudável.
- Uma higiene impecável é essencial.
- NUNCA use as lentes durante um período superior ao prescrito.
- NUNCA use água da torneira para limpar as suas lentes.
- Se experimentar algum problema como vermelhidão, irritação ou visão desfocada, retire as suas lentes IMEDIATAMENTE e contacte com o seu Especialista da Visão.
- Tenha sempre disponíveis uns óculos para evitar utilizar as lentes quando não deveria. Ainda que as lentes sejam a sua correcção visual predilecta, os óculos são um suporte fundamental.
- Como usuário de lentes de contacto 1•DAY ACUVUE® TruEye™, rapidamente comprovará as vantagens sobre os óculos ou outras lentes de contacto.
- É essencial seguir estas instruções para o máximo benefício e rendimento.
- Use as lentes apenas após receber as recomendações do seu Especialista da Visão e ler o conteúdo deste guia.

Reacções adversas

Qualquer reacção adversa experimentada ao utilizar as lentes de contacto 1•DAY ACUVUE® TruEye™ deverá ser comunicada ao seu Especialista de Visão.

1•DAY ACUVUE® e TruEye™ são marcas registadas pela Johnson & Johnson Vision Care. ©2009 Johnson & Johnson Medical Ltd

1•DAY ACUVUE®
TruEye™
BRAND CONTACT LENSES

Para uso diário um uso único Guia de Instruções de Pacientes



Um guia para as suas lentes de contacto

Johnson & Johnson

I•DAY ACUVUE® TruEye™

Os seguintes símbolos podem aparecer nas etiquetas ou embalagens:

SÍMBOLO	DEFINIÇÃO	SÍMBOLO	DEFINIÇÃO
	Veja o folheto de instruções		Certificado de qualidade
	Use antes de (data de validade)		Filtro UV
	Número de lote		Taxa paga para a gestão de resíduos
	Estéril usando vapor ou calor seco		Descolar a tampa
DIA	Diâmetro		Aviso: Leis federais de USA restringem a venda destes dispositivos por um profissional
BC	Raio de curvatura		
D	Dioptrias (potência das lentes)		
	Tinta de visibilidade. Orientação correcta da lente		Tinta de visibilidade. Orientação incorrecta da lente

Confortáveis, práticas.

Felicitemo-lo por escolher I•DAY ACUVUE® TruEye™ do fabricante de lentes de contacto líder a nível mundial.

As lentes de contacto I•DAY ACUVUE® TruEye™ são moles, finas e flexíveis. Isto torna-as confortáveis desde o início e permite a passagem de oxigénio para os olhos ajudando-os a manterem-se frescos e saudáveis. Oferecem também uma protecção contra a radiação ultravioleta (UV).*

As lentes de contacto I•DAY ACUVUE® TruEye™ possuem uma "visibility tint" (e um indicador da posição da lente para permitir um manuseamento mais fácil (1 2 3)).

Criar umas lentes da qualidade de I•DAY ACUVUE® TruEye™ requer um significativo avanço tecnológico unindo umas propriedades avançadas do material a umas lentes novas e frescas a cada dia. Isto significa que se substituem as lentes antes que os depósitos e o envelhecimento reduzam o seu rendimento. Por isto mantêm-se excepcionais níveis de conforto, visão e saúde cada dia. Como as lentes se produzem de forma idêntica, desfrutase sempre do mesmo conforto e visão excelentes.

Como com qualquer outra lente de contacto, as lentes da marca, I•DAY ACUVUE® TruEye™ são um produto de saúde específico. É essencial o apoio constante do seu Especialista de Visão através de verificações regulares de saúde ocular, para garantir a protecção da sua saúde e visão a longo prazo.

As I•DAY ACUVUE® TruEye™ estão indicadas para uso diário, e uso único como lhe foi indicado pelo seu Especialista da Visão.

Siga sempre o programa de uso recomendado pelo seu Especialista da Visão.

I•DAY ACUVUE® TruEye™ ajuda a proteger contra a transmissão das prejudiciais radiações UV à córnea e dentro do olho*.

NOTA:

A longo prazo, a exposição à radiação UV é um dos factores de risco associado às cataratas. A exposição é baseada num conjunto de factores, tais como, condições ambientais (altitude, geografia, nebulosidade) e factores pessoais (natureza e extensão das actividades ao ar livre). As lentes de contacto com bloqueio UV ajudam na protecção contra os raios UV prejudiciais.

No entanto, ainda não foram realizados estudos clínicos para demonstrar que o uso de lentes de contacto com protecção UV reduz a possibilidade de desenvolvimento de cataratas ou qualquer outro anomalia visual. Consulte o seu Especialista de Visão para mais informações.

*AVISO: As lentes de contacto com filtro UV NÃO substituem os óculos de sol com filtro UV já que não cobrem completamente o olho e os seus arredores.

Precauções – o que deve saber sobre a utilização de lentes de contacto



É fundamental que siga as orientações do seu Especialista de Visão para uma utilização e um cuidado correctos das suas lentes de contacto. Problemas com as lentes de contacto poderão resultar em graves danos aos olhos.

Em situações raras, ocorreram problemas que incluem o desenvolvimento de úlceras da córnea que poderão levar à perda de visão. O resultado de um estudo¹ indica o seguinte:

Em termos globais a incidência anual de queratite ulcerosa (úlceras da córnea) em utilizadores de lentes de substituição frequente está estimada em cerca de 4.1 por cada 10.000 pessoas e em 20.9 por cada 10.000 pessoas em utilizadores de lentes de uso prolongado (uso diurno e nocturno).

Quando são excluídos da comparação os utilizadores de lentes diárias que usam as lentes durante a noite, e os utilizadores de lentes de uso prolongado que usam as lentes numa base de substituição frequente diária, o risco entre utilizadores prolongados é 10 a 15 vezes maior que entre utilizadores diários.

O risco entre utilizadores de lentes de contacto em regime de uso prolongado, aumenta com o número de dias consecutivos que as lentes são utilizadas entre renovações, a começar com a primeira utilização nocturna.

O risco de queratite ulcerativa é de 4 a 5 vezes superior para usuários de lentes de contacto em uso prolongado face aos que as usam em uso diário. O risco global de queratite ulcerosa poderá ser reduzido seguindo cuidadosamente as indicações e cuidados de higiene a ter com a manutenção das lentes, incluindo a limpeza do estojo.

¹England Journal of Medicine, 21 de Septiembre de 1989

Higiene adequada

Preparação para a colocação das lentes

Uma boa higiene é o primeiro e o mais importante aspecto para um cuidado adequado das lentes de contacto.

Estabeleça uma boa rotina de higiene para manusear as suas lentes.

- Antes de tocar nas lentes, lave sempre muito bem as mãos com um sabonete neutro, enxágue-as cuidadosamente e seque-as com uma toalha que não largue pêlos.
- Antes de manusear as lentes não utilize produtos cosméticos gordurosos, sabonetes contendo cremes, loções ou cremes. É aconselhável colocar as lentes de contacto antes de se maquilhar. É menos provável que danifique as suas lentes com produtos cosméticos à base de água do que com os produtos cosméticos à base de óleo.
- Mantenha os olhos fechados quando utilizar lacas para o cabelo e outros aerossóis.
- Procure aconselhamento profissional acerca da utilização de lentes durante actividades desportivas incluindo natação e outros desportos aquáticos.



A embalagem da lente

Para abrir a caixa localize a aba de abertura na face anterior; abra-a para retirar o blister. Dentro estão as lentes em blisters estéreis individuais. NÃO UTILIZE as lentes se o blister estiver aberto ou danificado.

Para abrir o blister individual das lentes de contacto, siga os seguintes passos:

- Em primeiro lugar separe um dos blisters dos restantes que vêm na tira de cinco unidades. Tenha cuidado para não romper os blisters das outras lentes.
- Agite o blister para que a lente de contacto "nade" na solução líquida do interior.
- Retire a tampa. Ocasionalmente pode ocorrer que a lente esteja colada à embalagem. Isto não afecta a esterilidade da lente, que continua a ser perfeitamente segura para o seu uso.
- Manuseie a lente com cuidado com a ponta do dedo e evite danificá-la com as unhas.
- Extraia a lente com cuidado deslizando-a para fora do blister. Não utilize pinças ou outros instrumentos.

Colocação da lente

- De modo a evitar confusão, crie o hábito de colocar sempre em primeiro lugar a lente de contacto do olho direito.
- Antes de colocar a lente verifique que ela não possui nenhuma imperfeição. Se a lente lhe parecer danificada, deite-a fora e utilize a lente seguinte.
- Verifique que a lente não está invertida.
- Coloque a lente na ponta do dedo indicador e segure-a acima do nível dos olhos; está a olhar para a curvatura exterior da lente, e esta deverá ter uma forma parecida a uma tigela (parte côncava).

Para I•DAY ACUVUE® TruEye™



TRUQUES PARA UMA MELHOR UTILIZAÇÃO

As lentes de contacto I•DAY ACUVUE® TruEye™ manuseiam-se melhor se as deixar secar um pouco: coloque a lente na ponta de um dedo seco e espere 5 a 10 segundos antes de as inserir.

NOTA:

Não use líquidos para lentes de contacto com este produto. Não se realizaram testes com produtos de manutenção. Una vez retiradas, deite as lentes fora.

A colocação da lente no olho

- Lembre-se de começar sempre com o olho direito. Após ter examinado a lente e de se ter certificado de que a lente está na posição correcta, coloque-a na ponta do dedo indicador.
- Coloque o dedo médio, da mesma mão, junto das pestanas inferiores e puxe para baixo a pálpebra inferior.
- Utilize o dedo indicador ou médio, da outra mão, para levantar a pálpebra superior (junto das pestanas) e colocar a lente no olho.
- Liberte lentamente as duas pálpebras e pestaneje.
- Repita o mesmo processo para colocar a lente do olho esquerdo.

Existem outros métodos de colocação das lentes.

Se o método acima for difícil para si, o seu Especialista de Visão poderá aconselhar uma forma alternativa de colocação da lente.



Centrar a lente

Normalmente, assim que é colocada, a lente centra-se automaticamente no meio do olho e raramente se deslocará para a conjuntiva (parte branca do olho) durante o uso. No entanto, isso poderá acontecer se a colocação e remoção da lente não for feita correctamente.

Para centrar a lente, siga um destes métodos:

- Feche as pálpebras e faça uma ligeira massagem na lente, até centrá-la.

OU:

- Manipule suavemente a lente deslocada para o centro do olho mantendo-o aberto, utilizando a ponta dos dedos para pressionar os bordos da pálpebra superior ou inferior.

NOTA:

Se após a colocação da lente a sua visão estiver turva, verifique o seguinte:

- A lente poderá não estar centrada no olho. Verifique as instruções acima.
- Se a lente estiver na posição correcta, retire-a e verifique o seguinte:
 - Existência de maquilhagem ou óleos na lente. Se for este o caso, deite fora a lente e coloque uma nova.
 - A lente poderá estar no olho errado.
 - A lente poderá estar invertida (de dentro para fora), o que também causaria algum desconforto fora do normal.

Cuidados no caso de uma lente aderente ao olho (não se move)



Se uma lente ficar fixa e aderir ao olho (não se mexe), o seu Especialista de Visão poderá prescrever uma solução lubrificante ou hidratante. Deste modo, poderá humectar as suas lentes enquanto está a utilizá-las, para torná-las mais confortáveis. Aplique apenas algumas gotas e espere até que a lente comece a mover-se livremente no olho.

Se isto não solucionar o problema, consulte IMEDIATAMENTE o seu Especialista de Visão.

Foram-me explicados os diferentes tipos de Lentes de Contacto e os seus períodos de uso.

Li os conselhos de uso e aceito à minha responsabilidade, seguir estas recomendações.

Nome

LETRAS MAIÚSCULAS

Assinatura

Data