

للاستخدام اليومي  
(الاستخدام المتكرر)  
للاستخدام أثناء النوم

# دليل المستخدم

ACUVUE®  
BRAND CONTACT LENSES



0086

## إن الرموز المبينة أدناه قد تكون موجودة على الغلاف أو علبة العدسات اللاصقة أكيوفيو

| الرمز   | التعريف                                     | الرمز   | التعريف   |
|---------|---|---------|---|
|         | مراجعة نشرة التعليمات                       | MID     | "Mid" near ADD (1.50+ to 1.75+ ADD)   |
|         | اسم الجهة المصنعة أو مكان التصنيع           | HGH     | "High" near ADD (2.00+ to 2.50+ ADD)  |
|         | تاريخ التصنيع                               | CE 0086 | رمز نظام شهادة الجودة مع الرقم المرجعي لمكتب التحقيق المانع لعلامة الجودة الأوروبية                       |
|         | صالح حتى تاريخ (تاريخ انتهاء الصلاحية)      |         | UV-blocking   |
|         | رمز المجموعة                                |         | رسوم إعادة التدوير  |
|         | التعقيم بالبخار أو بالحرارة الجافة          |         | تحذير: يحظر القانون الفيدرالي الأمريكي بيع هذه الأداة إلا بواسطة الأطباء الممارسين المرخصين أو بأمر منهم. |
| DIA     | القطر                                       |         | اتجاه العدسات صحيح  |
| BC      | الانحناء الخلفي                             |         | اتجاه العدسات غير صحيح (العدسات مقلوبة)   |
| D       | الديبوتر (وحدة قياس قوة العدسة)             |         | "علامة التعريف" لأوراق الشحن والتغليف   |
| CYL     | قوة اسطوانة العدسات                         |         | "علامة التعريف" للمواد المركبة  |
| AXIS    | المحور                                      |         |   |
| MAX ADD | Highest near addition that can be corrected |         |   |
| LOW     | "Low" near ADD (0.75+ to 1.25+ ADD)         |         |   |

يتعلق هذا الدليل للاستخدام بالعدسات اللاصقة التالية من أكيوفيو التي هي مبينة في الجدول 1 أدناه والمذكورة بإسمها، إلا إذا نص على غير ذلك.

| الجدول 1      |                         |                |                                    | الهدف من الاستخدام وجدول الاستخدام   |
|---------------|-------------------------|----------------|------------------------------------|--|
| محلول التغليف | علامة التغليف من الخارج | استخدام اللداء | الاستخدام اليومي (الاستعمال متكرر) | نوع العدسة واسمها  |
|               |                         |                |                                    | ACUVUE® Brand Spherical Contact Lenses - Visibility Tinted with UV-Blocker       |
| 1             |                         | ●              | ●                                  | ACUVUE® 2® Brand Contact Lenses  |
| 2             |                         | ●              | ●                                  | ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses with HYDRACLEAR® PLUS                         |
| 2             |                         |                | ●                                  | ACUVUE® Vita™ Brand Contact Lenses   |
|               |                         |                |                                    | ACUVUE® Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM - Visibility Tinted with UV-Blocker |
| 2             |                         | ●              | ●                                  | ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM with HYDRACLEAR® PLUS         |
|               |                         |                |                                    | ACUVUE® Brand Contact Lenses for PRESBYOPIA - Visibility Tinted with UV-Blocker  |
| 2             |                         | ●              | ●                                  | ACUVUE OASYS® Brand Contact Lenses for PRESBYOPIA with HYDRACLEAR® PLUS          |

### محلول التغليف

- 1 محلول ملحي
- 2 محلول ملحي مع ميثيل إيثر سيليلوز

### المحتويات

3 عدسات تحتوي على السيليكون ومتوافقة مع الدرجة 1 من مقاييس امتصاص الأشعة فوق البنفسجية مع إمكانية وصول أقل من 1% للأشعة فوق البنفسجية A (280 - 315 nm). و 10% للأشعة فوق البنفسجية A (316 - 380 nm). وجميع منتجات أكيوفيو الأخرى تتوافق مع الدرجة 2 من مقاييس امتصاص الأشعة فوق البنفسجية مع إمكانية وصول أقل من 5% من الأشعة فوق البنفسجية B و 50% من الأشعة فوق البنفسجية A.

المقدمة:

مبروك ومرحباً بكم مع الاف المستخدمين الآخرين حول العالم، حيث يستمتعون بالراحة والسهولة في الاستعمال التي توفرها لهم العدسات اللاصقة أكيوفيو® ACUVUE من جونسون أند جونسون فيجن كير، الشركة الرائدة في صناعة العدسات اللاصقة بالعالم.

تمتاز العدسات اللاصقة أكيوفيو® ACUVUE بليونتها ومرونتها. مما يجعلكم تشعرعون بالراحة فور وضعها. فهي تسمح بمرور الأكسجين إلى أعينكم لتساعدنا على البقاء منتعشتين وصحيتين. كما توفر لها الحماية من الأشعة فوق البنفسجية المضرة للعين.

بعد الثورة التكنولوجية التي شهدتها صناعة العدسات، أصبح بالإمكان إنتاج عدسات لاصقة بجودة عدسات أكيوفيو® ACUVUE وبتكلفة منخفضة تتيح للمستخدمين استبدال العدسات على نحو متكرر.

تعتبر عدسات أكيوفيو® ACUVUE أدوات طبية كأي عدسات لاصقة أخرى. وتمثل المتابعة المستمرة عن طريق أخصائيي العناية بالعيون وإجراء فحص العيون على نحو دوري أمراً هاماً لضمان الحماية المستمرة لصحتكم وبصركم.

x أخصائيي العناية بالعيون يشمل اطباء xxxxxxxx وأخصائيو البصريات.

|    |   |
|----|---|
| 6  | المقدمة   |
| 7  | الهدف من الاستخدام  |
| 9  | جدول الاستخدام  |
| 10 | موانع الاستخدام   |
| 11 | تحذيرات - أمور يجب أن تعرفونها عن استخدام العدسات اللاصقة |
| 12 | الأثار الجانبية   |
| 13 | فحص السلامة   |
| 14 | عادات النظافة   |
| 15 | تغليف العدسات   |
| 16 | وضع العدسات اللاصقة                                       |
| 17 | وضع العدسة على العين                                      |
| 18 | وضع العدسة في وسط العين                                   |
| 19 | التعامل مع العدسة الملتصقة (التي لا تتحرك)                |
| 19 | التعامل مع العدسة الجافة                                  |
| 20 | نزع العدسات اللاصقة                                       |
| 21 | العناية بالعدسات اللاصقة                                  |
| 23 | العناية بعلبة العدسات                                     |
| 23 | في حالة لم يعد لديكم عدسات                                |
| 24 | إرشادات للرؤية الأحادية للعين                             |
| 25 | معلومات إضافية هامة                                       |
| 27 | ملخص عام  |
| 27 | الإبلاغ عن الأثار الجانبية                                |
| 28 | وصفتكم الطبية   |

## الهدف من الاستخدام

إن كل العدسات اللاصقة أكيوفيو® ACUVUE تتمتع بحماية من الأشعة فوق البنفسجية لتساعد في الحماية من وصول الأشعة فوق البنفسجية الضارة إلى القرنية ومرورها إلى داخل العين.\*

\*تحذير: العدسات اللاصقة المقاومة للأشعة فوق البنفسجية لا تحل محل الوسائل الخاصة المقاومة لتلك الأشعة مثل النظارات الواقية أو النظارات الشمسية. لأنها لا تغطي كامل العين والمنطقة المحيطة بها. لذلك، عليكم الاستمرار في استعمال النظارات المقاومة للأشعة فوق البنفسجية التي وصفت لكم.

### ملاحظة:

يعتبر التعرض المستمر للأشعة فوق البنفسجية أحد العوامل المسببة لحالة المياه البيضاء. ويعتمد على عدة عوامل منها الظروف البيئية (الارتفاع عن سطح البحر، جغرافية المنطقة، الغيوم التي تغطيها) وعوامل شخصية (طبيعة ومدّة النشاطات في الأماكن المفتوحة). العدسات اللاصقة المقاومة للأشعة فوق البنفسجية توفر لكم الحماية ضد الأشعة فوق البنفسجية الضارة، على أي حال. لم يتم إجراء دراسات سريرية تبين وجود دور لاستخدام العدسات اللاصقة المقاومة للأشعة فوق البنفسجية في الحد من حالات المياه البيضاء أو أي اضطرابات أخرى في العين، لمزيد من المعلومات، استشيروا أخصائي العناية بالعيون.

العدسات اللاصقة أكيوفيو® ACUVUE هي للاستخدام

اليومي ولتصحيح عيوب النظر، قصر النظر، طول النظر لدى الأشخاص أصحاب العيون الصحية الذين قد يكون لديهم D 1.00 أو أقل من الاستجماتيزم (اللابؤرية أو الانحراف).

أما العدسات اللاصقة ACUVUE® OASYS® BRAND CONTACT LENSES WITH HYDRACLEAR® PLUS و ACUVUE® 2® BRAND CONTACT LENSES فهي أيضاً مصممة للاستخدام اليومي ولفترات متواصلة وأثناء النوم.

العدسات اللاصقة أكيوفيو® ACUVUE للاستجماتيزم

مصممة للاستخدام اليومي ولتصحيح النظر، قصر النظر، وطول النظر، لدى الأشخاص أصحاب العيون السليمة الذين قد يكون لديهم إستجماتيزم (اللابؤرية).

إن العدسات اللاصقة أكيوفيو® OASYS® للاستجماتيزم مع HYDRACLEAR® PLUS هي أيضاً مصممة للاستخدام اليومي وأثناء النوم.

العدسات اللاصقة أكيوفيو® ACUVUE للبصر الشيخوخي

للاستخدام اليومي أو أثناء النوم، لتصحيح النظر عن قرب والمسافات البعيدة، لدى الأشخاص ذو البصر الشيخوخي أصحاب العيون الصحية الذين لديهم D 1.00 أو أقل من الاستجماتيزم (اللابؤرية).

أما العدسات اللاصقة ACUVUE® OASYS® فهي أيضاً مصممة للاستخدام العلاجي كعدسة ضمادة لبعض حالات مشاكل القرنية.

لمزيد من المعلومات، يرجى استشارة أخصائي العيون.

يجب ألا تحاولوا أبداً معالجة أنفسكم بالعدسات اللاصقة أو أية أدوية للعيون لأي حالة دون الرجوع إلى أخصائي العناية بالعيون الخاص بكم.

يجب على أخصائي العيون الخاص بكم تحديد العدسات المناسبة لكم وجدول استبدالها، اعتماداً على تاريخ صحة أعينكم وفحص القرنية. نحن نؤكد أن الاستبدال المتكرر لعدساتنا يوفر الصحة ويحقق أفضل أداء.

### الاستخدام اليومي - الاستعمال المتكرر

الاستخدام اليومي - يتم وصف العدسات اللاصقة أكيوفيو للاستبدال متكرر - لإمكانية استبدالها يومياً (أقل من 24 ساعة، خلال النهار دون النوم بها)، ومن ثم يتم التخلص منها واستبدالها بعدسات جديدة كل أسبوعين.

يتم وصف العدسات اللاصقة أكيوفيو Vita للاستخدام اليومي - لإمكانية استبدالها يومياً (أقل من 24 ساعة، خلال النهار دون النوم بها)، ومن ثم يتم التخلص منها واستبدالها بعدسات جديدة كل شهر.

كل العدسات اللاصقة أكيوفيو للاستخدام اليومي عندما يتم وصفها - يجب أن يتم العناية بها وتنظيفها وغسلها وتعقيمها في كل مرة تنزعها أو تضعها من جديد، مستخدماً محلول التعقيم الخاص بها فقط.

### للاستخدام أثناء النوم

توصف العدسات اللاصقة أكيوفيو ACUVUE® للاستخدام أثناء النوم (أكثر من 24 ساعة، حتى أثناء النوم) كما هو مبين في الجدول 1. يمكن استخدامها باستمرار لغاية 7 أيام / 6 ليال دون الحاجة إلى نزعها، بعد ذلك يجب نزعها والتخاص منها فوراً. أخصائي العناية بالعيون الخاص بكم سوف يحدد إذا كان يمكنكم استخدام هذه العدسات أو لا، أثناء النوم بعد نزعها. وعند استخدامها بهذه الطريقة، فلن تتطلب منكم تنظيفها وتعقيمها.

في البداية، ينصح باستخدام العدسات للاستخدام اليومي (لمرة واحدة). فإذا كانت مريحة، حينها يمكنكم، تدريجياً، الانتقال لتجربة استخدام العدسات لفترات أطول وأثناء النوم، كما ينصحكم أخصائي العيون.

بعد نزع العدسات، ينصح بعدم وضعها مجدداً على الفور، لمنح العين فترة من الراحة خلال الليل أو أكثر.

عندما تستخدمونها لتصحيح البصر، لا تستخدموا العدسات اللاصقة أكيوفيو ACUVUE® عندما يكون لديكم أيًا من الحالات المذكورة أدناه:

• إصابة التجويف الداخلي للعين بالتهاب حاد أو شبه حاد أو عدوى.

• أمراض أو إصابات العين أو اختلال وظائف العين التي تؤثر على القرنية أو الملتحمة أو الجفون.

• أي تشخيص لحالة مسبقة قد تجعل من وضع العدسات اللاصقة غير مريح.

• نقص الإفراز الدمعي الحاد (جفاف العين).

• نقص الحس القرني (نقص حساسية القرنية).

• في حالة وجود أي مرض نظامي قد يؤثر على العين أو يتفاقم نتيجة لارتداء العدسات اللاصقة.

• الآثار الناتجة عن الحساسية بأسطح العين أو الأجزاء المرتبطة بها والتي يمكن أن تهيج أو تتفاقم نتيجة لارتداء العدسات اللاصقة أو استخدام محاليل العدسات اللاصقة.

• الحساسية لأحد المكونات مثل الزئبق أو الثيميروسال الموجود بالمحلول المستخدم في العناية بالعدسات التي تم وصف استخدامها استناداً إلى جدول الإستعمال المتكرر.

• أي عدوى نشطة بالقرنية (بكتيرية، فطرية، أولية، فيروسية).

• احمرار أو احتياج العين.

وللأغراض العلاجية، قد يقوم أخصائي العناية بالعيون الخاص بك بوصف العدسات اللاصقة من أجل المساعدة في علاج بعض الحالات البصرية التي قد يكون من بينها الحالات المذكورة أعلاه.

## تحذيرات – أمور يجب أن تعرفونها عن استخدام العدسات اللاصقة

من الضروري اتباع إرشادات أخصائي العناية بالعيون لاستخدام العدسات اللاصقة بشكل صحيح. لذا ننصحكم باتباع الإرشادات التالية المتعلقة بكيفية الاستخدام الصحي للعدسات؛

• أي مشاكل في العدسات أو ملحقات العناية بها قد تؤدي إلى تعرض العين لخطر حقيقي لذلك، يجب أن تعرفوا أن الاستخدام الصحيح للعدسات اللاصقة والعناية بملحقاتها، بما فيها غلبة العدسات، هي أساسية للاستخدام السليم والأمن لها.†

• قد تتفاقم مشاكل العين بما في ذلك تقرحات القرنية بسرعة مؤدية إلى فقدان البصر.

• أشارت نتائج الدراسات إلى أن معدل خطورة الإصابة بقرحة العين لمن يضعون عدسات الاستخدام أثناء النوم يزيد عن الذين يضعون عدسات الاستخدام اليومي.

• يزيد خطر الإصابة بقرحة العين عندما يقوم مستخدمي العدسات اللاصقة اليومية باستخدام العدسات على مدار اليوم وخلال النوم (فيما يتجاوز الاستخدام الموصى به) أكثر من الذين لا يرتدونها خلال النوم.

• قد تنخفض المخاطرة الكلية للالتهاب بقرحة العين عند اتباع التعليمات التالية الخاصة بالعناية بالعدسات والتي تشمل تنظيف حافظة العدسة بعناية.

• أظهرت الدراسات أن خطر الالتهاب بقرحة العين يتزايد لدى مستخدمي العدسات اللاصقة من المدخنين بزيادة مقارنة بمستخدميها من غير المدخنين.

• إذا أحسستم بأي إزعاج، زيادة في إفراز الدموع، تغيير في الرؤية، احمرار في العين أو أي مشاكل أخرى، عليكم نزع العدسات على الفور والاتصال بأخصائي العناية بالعيون الخاص بكم.

• ينصح بزيارة أخصائي العناية بالعيون الخاص بكم بشكل منتظم.

• لا تعرّض العدسات اللاصقة للماء خلال السباحة، أو أية رياضات مائية أخرى أو خلال الاستحمام، إذ يمكن أن يزيد من خطر التعرّض للتهاب حاد في العين بسبب الكائنات الدقيقة والذي قد يؤدي إلى فقدان البصر. إذا تعرّضت العدسات اللاصقة للماء خلال أيّ من هذه الرياضات المائية، يجب على العميل الخُصّ منها واستبدالها بعدسات جديدة. ويجب استشارة أخصائي العناية بالعيون لينصح العميل بالعدسات المناسبة للنشاطات المائية.

† New England Journal of Medicine, September 12, 1989, 321 (12), pp. 77-7833

## الأثار الجانبية

يجب إحاطة علم العملاء بأن المشاكل الآتية قد تحدث عند ارتداء العدسات اللاصقة:

• قد يكون هناك شعور بحرقان أو وخز و/أو شعور بضرورة حك العين.

• قد ينتاب العميل الشعور بعدم الارتياح عندما يتم تركيب العدسات للمرة الأولى.

• قد ينتاب العميل شعور بوجود شيء ما بالعين (جسم غريب أو حكة).

• ومن المحتمل حدوث قصور مؤقت في الرؤية نتيجة للرشح الطرفي وقُرح بالقرنية الطرفية وتآكل للقرنية. ومن المحتمل أيضاً ظهور علامات فسيولوجية أخرى، مثل الاستسقاء الموضعي أو العام وتمدد الشعيرات الدموية داخل القرنية ويقع القرنية وحقن واضطرابات بالجفن والتهابات القرنية والملتحمة، التي تكون بعضها مقبولة من الناحية الإكلينيكية عند اقتصرها على مستوى محدود

• قد يكون هناك قدر زائد من الدموع أو إفرازات غير معتادة من العين أو احمرار بالعين.

• قد يحدث ضعف لحدة الإبصار وعدم وضوح الرؤية ورؤية أقواس قزح أو هالات حول الأشياء أو رهاب الضوء أو جفاف العين إذا ما تم ارتداء العدسات باستمرار أو تم ارتداؤها لمدة طويلة.

## فحص السلامة

عليكم إجراء فحص شخصي مرة كل يوم على الأقل.

اسألوا أنفسكم:

1. ما هو الإحساس الذي تتركه العدسات على عيني؟
2. كيف يبدو شكل العينين؟
3. هل الرؤية جيدة لديك بشكل مستمر؟

إذا شعرت بأي من الأعراض التالية، قوموا فوراً بنزع العدسات من أعينكم:

• إحساس بالحرقة أو الحكّة أو اللسع في العين.

• إحساس بوجود شيء ما في عينكم.

• سيلان مستمر للدمع أو إفرازات غير اعتيادية من العين أو احمرار لونها.

• رؤية ضبابية، أو ظهور هالة أو ألوان قوس قزح حول الأجسام المرئية. تصاب العينان بالجفاف إذا استمر وضع العدسات اللاصقة عليهما لمدة أطول مما يجب.

• إذا أحسستم بتراجع مستوى الراحة التي توفرها لكم العدسات عما كانت عليه عند تركيبها أول مرة.

إذا توقفت المشكلة أو الانزعاج بعد نزع العدسة عن العين، عليكم أن تفحصوا العدسة بدقة بحثاً عن أي ضرر، أو تلوث أو جسم غريب. تخلصوا منها واستخدموا واحدة جديدة.

إذا استمرت المشكلة، انزعوا العدسة الجديدة واستشيروا أخصائي عيون فوراً.

كل واحد من الأعراض المذكورة أعلاه قد يشير إلى مشكلة جديدة مثل العدوى أو التهاب قرحة العين أو اتساع الأوعية الدموية بالقرنية أو التهاب القرنية. إن التشخيص المبكر والعلاج العاجل يعتبران ضروريان لتجنب تلك الأضرار الخطيرة، التي قد تتعرض لها أعينكم.

تذكري - الأعراض هي علامات تحذير. إذا ساورك الشك، انزععي العدسات عن عينيك.

## عادات النظافة

تحضير العدسات لوضعها على العينين تعتبر النظافة أول وأهم مظاهر العناية بالعدسات اللاصقة.

عودي نفسك على النظافة في كل ما يتعلّق بعدساتك اللاصقة.

- اغسلي يديك بالماء والصابون جيداً وجففيهما بمنشفة خالية من الكتان قبل أن تلمس عدساتك.
- لا تستعملي مساحيق تجميل تحتوي على الزيوت والعمور أو الصابون بالكريم البارد أو اللوشن والكريمات قبل وضع العدسات. كما يفضل وضع العدسات قبل المكياج. أما المكياج المائي، فهو أقل ضرراً للعدسات من الأنواع التي تحتوي على الزيوت.
- أغمضي عينيك عند استخدام مثبت الشعر أو البخاخات الأخرى.
- استشيروا الأخصائيين بخصوص وضع العدسات اللاصقة أثناء ممارسة النشاطات الرياضية بما فيها السباحة وياقي الرياضات المائية. إن تعريض العدسات اللاصقة للعوامل الخارجية أثناء السباحة أو خلال حمام حار، يزيد من خطورة التعرض لالتهاب في العيون بسبب الجراثيم.
- اتبعي الإرشادات المذكورة في هذا الكتيب بالإضافة إلى أي نصيحة يقدمها لك أخصائي عيون عن الطريقة المثلى للعناية بالعدسات ووضعها ونزعها وتنظيفها وتعقيمها وحفظها واستخدامها.
- لا تضعي العدسات لمدة تزيد عن تلك المذكورة في الوصفة الطبية.

## تغليف العدسات

لفتح العلبة، حدّدوا زاوية الفتحة الأمامية واسحبوها إلى فوق لتفتحو الغلاف.

إن كل عدسة موجودة في عبوتها الخاصة، التي صمّمت خصيصاً لتحافظ عليها معقمة. ولإغلاق العلبة، عند وضع العدسة، فقط أدخلوا الغطاء.

لا تستخدموا العدسات إذا كانت العلبة المعقمة مشقوقة، مفتوحة، تالفة أو منتهية الصلاحية.

لفتح مغلف العدسة الواحدة، اتبعوا هذه الخطوات البسيطة:

1. أولاً، إفصلوا عدسة واحدة عن شريط العدسات. احذروا من كسر أو شق غطاء أي من العدسات الأخرى المغلفة.
2. رجوا المغلف حتى تطفو العدسة في المحلول.

3. اسحبوا رقاقة التغليف. وقد تلتصق العدسة، أحياناً، على الجهة الداخلية لرقاقة التغليف أو العلبة. وهذا لن يؤثر في نظافة العدسة وستبقى نظيفة تماماً وصالحة للاستخدام الآمن.

4. تعاملوا مع العدسة بحذر باستخدام أطراف أصابعكم وتجنبوا خدشها بأظافرهم. يفضل أن تبقىوا أظفارهم قصيرة وناعمة.

5. أخرجوا العدسة بانتباه عبر دفعها بطرف أصبعكم على الجانب. لا تستخدموا أبدأ الملقط أو أي أداة.

## وضع العدسات اللاصقة

لتجنب اختلاط العدستين، عوّدوا أنفسكم على وضع العدسة الأولى في العين اليمنى.

قبل وضع العدسة تأكدوا من خلوها من أي شوائب أو تمزق فإذا تبين أنها متضررة، ارموها واستخدموا واحدة جديدة.

تأكدوا من أنكم تضعون العدسة على الوجه الصحيح.

ضعوا العدسة على طرف أصبعكم وارفعوها فوق مستوى العين. وانظروا إليها بشكل جانبي. يجب أن تكون العدسة بشكل وعاء. وإذا كانت حافة العدسة متجهة إلى الخارج، فهذا يعني أن العدسة مقلوبة. والطريقة الأخرى هي أن تضغطوا العدسة بلطف بين الإبهام وأصبع السبابة. حينها يجب أن تقلب العدسة لتعود إلى شكلها الصحيح. تذكروا، إذا كانت حافة العدسة متجهة نحو الخارج، يعني أن العدسة مقلوبة..



X غير صحيح



✓ صحيح

أو

ضعوا العدسة على طرف أصبعكم ارفعوها فوق مستوى العين، حاولوا تحديد الأرقام 123. رؤية الأرقام 123 يعني أن العدسة على الوجه الصحيح، فيما إذا كانت الأرقام 123 معكوسة، فهذا يعني أن العدسة في الاتجاه غير الصحيح وهي مقلوبة. وإذا كانت معكوسة، إقلبوا العدسة بالاتجاه الصحيح ثم حدّدوا الأرقام مرة أخرى للتأكد من أن وضعية العدسة صحيحة.

يرجى الرجوع إلى الجدول 1، فيما يتعلق بالعدسات 123 التي تحمل علامة الجهة الصحيحة لوضعها.

ملاحظة:

إذا أردتم تعقيم العدسة قبل وضعها على أعينكم، استخدموا كمية جديدة من محلول الشطف والتعقيم كما أوصاكم أخصائي العيون.

لا تستخدموا ماء الصنبور على الإطلاق.

## وضع العدسة على العين

1. ابدؤوا بالعين اليمنى أولاً، وضعوا العدسة على رأس السبابة، بعد التأكد من سلامتها وأنها على الجهة الصحيحة.
2. ضعوا إصبعكم الوسطى على الجفن السفلي واسحبوه نحو الأسفل.
3. استخدموا إصبعكم الوسطى أو سبابة اليد الأخرى لرفع الجفن العلوي، ثم قوموا بوضع العدسة على العين.
4. اتركوا الجفنين بلطف وارمشوا بعينكم.
5. كرروا هذه الخطوات للعدسة اليسرى.



هناك عدة طرق لوضع ونزع العدسات. فإذا بدت الطريقة المذكورة صعبة بالنسبة لكم، اطلبوا من أخصائي العيون تقديم طرق بديلة.

## وضع العدسة في وسط العين

عادة ما تأخذ العدسة مكانها في وسط العين تلقائياً بعد أن تضعوها على عينكم. ونادراً ما تأخذ مكانها بشكل خاطئ على بياض العين. وهذا ما قد يحصل نتيجة عدم اتباع إجراءات وضع العدسات أو نزعها بشكل جيد. لإعادة العدسة إلى مكانها في وسط العين، اختاروا إحدى هاتين الطريقتين:

- اغمضوا أعينكم وحركوا العدسة بإصبعكم بلطف باتجاه العين.

أو:

- حركوا العدسة بلطف نحو مركز العين دون أن تغمضوا عينكم مع الضغط بإصبعكم على الجفنين السفلي أو العلوي.

ملاحظة:

إذا كانت الرؤية ضبابية بعد وضع العدسة تأكدوا من الأمور التالية:

- قد لا تكون العدسة في وسط العين. راجعوا الإرشادات المذكورة أعلاه.
  - إذا كانت العدسة في مكانها الصحيح، قوموا بنزعها وتأكدوا من الأمور التالية:
1. هل هناك أثر للمكياج أو الزيت على العدسة. ارمي العدسة واستخدمي واحدة جديدة.
  2. العدسة لم توضع في العين المناسبة.
  3. العدسة موضوعة على الوجه المعاكس. الأمر الذي يجعلها غير مريحة.

## التعامل مع العدسة الملتصقة (التي لا تتحرك)



عند إلتصاق العدسة بالعين، تستطيعون استخدام قطرات الترطيب أو محلول ترطيب يصفه لكم أخصائي عيون. وفي هذه الحالة، يمكنكم ترطيب العدسات وهي على أعينكم لتضفي عليها المزيد من الراحة.

أضيفوا قطرات قليلة وانتظروا حتى تبدأ العدسات بالتحرك بحرية على العين.

إذا لم تنجح هذه الطريقة استشيروا أخصائي عيون فوراً.

## التعامل مع العدسة الجافة

إذا كانت أي من عدسات أكيوفيو® ACUVUE في خارج مكانها أو تعرضت للهواء لفترة طويلة، قد يصبح سطحها جافاً، ثم تصبح الرؤية ضبابية تدريجياً. وفي هذه الحالة، ارموها واستخدموا واحدة جديدة.

## نزع العدسات اللاصقة

ابدؤوا بنزع نفس العدسة كل مرة.

اغسلوا أيديكم بالماء والصابون جيداً وجففوهما تماماً واتبعوا إجراءات النظافة كما ذكرت في "عادات النظافة".

### انتبهوا:

تأكدوا أولاً من أن العدسة موجودة في وسط العين قبل البدء بنزعها. بإمكانكم التأكد من ذلك

بتغطية العين الأخرى. فإذا كانت الرؤية ضبابية، فهذا يعني بأن العدسة ليست في وسط العين أو أنها ليست في عينكم على الإطلاق. لتحديد مكان العدسة إبحثوا في الجزء الأعلى من العين، بالنظر نحو الأسفل إلى مرآة، بينما تسحبون الجفن العلوي إلى الأعلى.

ثم ابحثوا في الجزء السفلي بينما تسحبون الجفن السفلي إلى الأسفل.

بعد العثور على العدسة، بإمكانكم نزعها بطريقة "الالتقاط" أو بأي طريقة ينصحكم بها أخصائي العيون.

### طريقة الالتقاط:

1. أنظروا إلى الأعلى، اسحبوا العدسة باتجاه بياض العين السفلي باستخدام السبابة.

2. التقطوا العدسة بلطف بين الإبهام والسبابة وأخرجوها.





## العناية بعلبه العدسات

قد تصبح علبة العدسات مصدراً للبكتيريا. لذلك، يجب إفراغها بعد استعمالها وتنظيفها وشطفها باستخدام المحاليل المناسبة وتركها لتجف. كما يجب عليكم أن تستبدلوا علبة العدسات على نحو متكرر. كما تبين إرشادات الاستعمال أو كما ينصح أخصائي العيون.

لا تستخدموا مياه الصنبور لشطف علبة العدسات.

## في حالة لم يعد لديكم عدسات

من المهم وضروري جداً أن تحرصوا دائماً على وجود عدسات لاصقة إضافية معكم، لاستبدالها عند الحاجة.

لتجنب نفاد الكمية من عندكم، أنتم تحتاجون لبعض الوقت لطلب العدسات اللاصقة من أخصائي العيون، ثم استلامها.

أما إذا لم يعد لديكم عدسات لاصقة لأي سبب من الأسباب، يمكنكم استخدام النظارات.

بالرغم من أن العدسات اللاصقة اكيوفيو® ACUVUE هي الخيار المفضل لتصحيح الرؤية لديكم، تبقى النظارات حل احتياطي أساسي لجميع مستخدمي العدسات اللاصقة.

## إرشادات قصور البصر الشيخوخي (لكبار السن)

إذا أخبركم أخصائي العيون أنكم بحاجة إلى تصحيح قصور النظر الشيخوخي باستخدام عدسات أحادية فعليكم ملاحظة ما يلي:

كما هو الحال عند استخدام العدسة اللاصقة لتصحيح الرؤية فقد تكون هناك حلول تتضمن انخفاضاً في حدة الرؤية.

تراجع القدرة على إدراك عمق المسافات لدى مستخدمي العدسات اللاصقة لتصحيح الرؤية الأحادية. ويواجه بعض العملاء صعوبة في التكيف مع ذلك.

في بعض الحالات، قد تقلل العدسات اللاصقة لتصحيح الرؤية الأحادية من دقة البصر، وإمكانية تحديد عمق المسافات والمهام الدقيقة. ويواجه بعض العملاء صعوبة في التكيف مع ذلك.

قد تستمر أعراض متقطعة مثل رؤية ضبابية بسيطة أو تقلب في وضوح الرؤية لعدة أسابيع، ريثما تعتاد أعينكم. كلما استمرت الأعراض لمدة أطول تراجعت فرصكم في التأقلم الناجح مع العدسات.

خلال هذه الفترة، ينصح باستخدام هذه العدسات، فقط، في البيئة المألوفة حيث لا يحتاجون إلى مستوى عالٍ من الرؤية الواضحة. مثلاً، سيكون من الحكمة تجنب القيادة، إلى أن تتأقلم أعينكم على العدسات.

قد يحتاج بعض العملاء إلى وضع النظارات مع العدسات اللاصقة للحصول على أوضح رؤية ممكنة أثناء القيام بأعمال دقيقة.

- في بعض الحالات، لا يتمكن العملاء من استخدام العدسات براحة تامة. مثل ظروف الإضاءة المنخفضة أو أثناء القيادة في الليل. فإذا حصل ذلك، يمكن أن يتم وصف عدسات إضافية لكم لتصحيح الرؤية في العينين، عندما تدعو الحاجة إلى رؤية واضحة لمسافات بعيدة.
- يتم اتخاذ القرار بوضع عدسات الرؤية الأحادية باستشارة أخصائي عيون، بعد إجراء فحص دقيق.
- عليكم اتباع النصائح التي تساعدكم على التكيف مع عدسات الرؤية الأحادية، كما يجب مناقشة كل ما يثير قلقكم أو أي مشاكل أخرى قد تواجهونها خلال فترة التكيف.