

# Anleitung zum **Aufsetzen** weicher Kontaktlinsen

1.



## Hygiene

Grundsätzlich gilt vor jeder Handhabung: Hände gründlich mit Seife waschen, gut abspülen und mit einem fusselfreien Tuch abtrocknen.

2.



## Vorbereitung

Immer mit der gleichen Seite beginnen, um Verwechslungen zu vermeiden. Die Linse aus dem Blister tupfen und auf die Zeigefingerkuppe der Lieblingshand setzen.

Keine spitzen Gegenstände verwenden und Vorsicht mit langen Fingernägeln.

3.



## Check

Ist der Rand der Kontaktlinse wie eine Schüssel gewölbt, ist sie richtig herum.



## Check

Wölbt sich der Linsenrand nach außen, muss die Linse umgestülpt werden.

4.



## Kontaktlinsen aufsetzen

Mit dem Mittelfinger der Lieblingshand an den Lidrand des Unterlids greifen und es nach unten ziehen.

Mit dem Mittelfinger der anderen Hand das obere Augenlid hochziehen.

Die Kontaktlinse direkt auf das Farbige im Auge setzen.

Sobald die Linse Kontakt hat, gleitet sie von alleine auf das Auge und muss nicht „angedrückt“ werden.

Dann langsam das Unterlid loslassen und danach das Oberlid.

Anschließend ein paar Mal blinzeln, damit sich die Linse richtig positionieren kann.

**TIPP:** Um sicherzugehen, dass die Linse auf dem Auge ist, einfach das Gegenauge zuhalten und die Sicht überprüfen.

# Anleitung zum **Absetzen** weicher Kontaktlinsen

1.



## Hygiene

Grundsätzlich gilt vor jeder Handhabung: Hände gründlich mit Seife waschen, gut abspülen und mit einem fusselfreien Tuch abtrocknen.

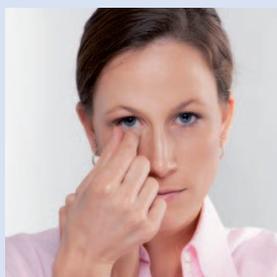
2.



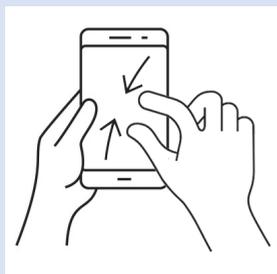
## Kontaktlinsen absetzen

Das Unterlid wie beim Aufsetzen am Lidrand greifen und nach unten ziehen.  
Danach das obere Augenlid hochziehen

3.



Die Fingerkuppe auf die Linse auflegen und diese leicht nach unten ziehen.  
Die Kontaktlinse mit Daumen und Zeigefinger zusammenschieben und vom Auge abnehmen.



Das ist die gleiche Bewegung, mit der man auf dem Smartphone Bilder verkleinert.