

27. August 2018

WIE GEFÄHRLICH SIND KONTAKTLINSEN?



(https://www.optikernetz.de/wp-content/uploads/2018/08/22-18_Kontaktlinsen-ZVA-Skamper-e1535023435820.jpg)

Derzeit häufen sich Berichte von schweren Augeninfektionen und zum Teil irreversiblen Schäden bis hin zur Erblindung, die vermeintlich durch das Tragen von Kontaktlinsen verursacht wurden. Dabei sind Kontaktlinsen eine sichere und praktische Alternative zur Brille – wenn man diese fünf ganz einfachen Regeln zu Handhabung und Pflege berücksichtigt:

Fachmann aufsuchen.

Niemals Kontaktlinsen ohne fachmännische Anpassung und Beratung durch den Augenoptiker oder Kontaktlinsenspezialisten kaufen. Das gilt auch für nur gelegentlich getragene (farbige) Tages- oder Motivlinsen.

Tragedauer beachten.

Kontaktlinsen immer nur so lange tragen wie vorgesehen. Das betrifft das Austauschintervall, aber auch die tägliche Tragedauer.

Reinigen und desinfizieren.

Sollte man eine Linse zwischendurch herausnehmen müssen, erst desinfizieren, bevor sie wieder eingesetzt wird. Im Zweifel unterwegs in einem Ersatz-Kontaktlinsenbehälter aufbewahren. Immer die Hände gründlich waschen und trocknen. Die Linsen nur mit dem passenden Pflegemittel nach Anweisung reinigen und desinfizieren. Haltbarkeit und Aufbewahrungshinweise des Pflegemittels beachten. Kein Leitungswasser zur Reinigung oder Aufbewahrung verwenden und niemals mit Kontaktlinsen schwimmen oder duschen.

Gut gerüstet.

Immer eine Ersatzbrille und einen Kontaktlinsenbehälter mit frischer Aufbewahrungsflüssigkeit dabei haben und den Behälter regelmäßig austauschen.

Linsenfremie Nacht.

Nicht mit Kontaktlinsen schlafen, es sei denn, die Linsen sind vom Anpasser dafür vorgesehen.

Keine Angst vor Kontaktlinsen!

Anfangs mag es vielleicht etwas befremdlich sein, sich eine Kontaktlinse ins Auge zu setzen. Diese Scheu ist zusammen mit Negativ-Schlagzeilen ein Grund, warum für viele Fehlsichtige diese Alternative zur Brille ausscheidet. Dabei gibt es mittlerweile kaum ein Sehproblem, das nicht mithilfe von Kontaktlinsen optimal gelöst werden könnte. Modernste Materialien machen eine große Modellvielfalt für jeden individuellen Anspruch möglich, so können beispielsweise auch Fehlsichtige mit trockenen Augen oder Gleitsichtbrillenträger von den unsichtbaren Sehhelfern profitieren. Letztlich geht es auch nicht darum, sich ausschließlich für Kontaktlinse oder Brille zu entscheiden, vielmehr kann je nach Situation die am besten geeignete Variante zum Einsatz kommen. Eine Ersatzbrille ist schließlich auch für eingefleischte Kontaktlinsen-Vielträger Pflicht.

Kontaktlinsen nicht in Eigenregie kaufen

Pflicht ist auch die Erstanpassung und regelmäßige Folgekontrolle beim Fachmann, also dem Augenoptiker oder Optometristen. Der Kontaktlinsenanpasser wird das Einsetzen und Herausnehmen Schritt für Schritt erklären und einüben, bis man selbst genügend Routine bei diesen Handgriffen hat. Kontaktlinsen aus modernen Materialien sind meist spontan sehr gut verträglich und angenehm zu tragen, sodass man nach kurzer Eingewöhnungszeit gar nicht mehr bemerkt, dass man eine Sehhilfe trägt. Anschließend sollten Träger von formstabilen (harten) Kontaktlinsen einmal jährlich, Träger von weichen Linsen halbjährlich den Fachmann zur Kontrolle aufsuchen. Denn: Auch das gesunde Auge verändert sich, sodass eine ursprünglich perfekt angepasste Linse irgendwann eventuell nicht mehr optimal sitzt. Darüber hinaus ist

der Kontaktlinsenspezialist bei Problemen oder Unsicherheiten erster und kompetenter Ansprechpartner. Damit es nicht zu Infektionen kommen kann, müssen Kontaktlinsenträger einige Hinweise zur Pflege beachten. Werden die Linsen so getragen wie vorgesehen und täglich (außer bei Tageslinsen) gereinigt und desinfiziert, besteht jedoch kein Grund zur Sorge.

Mehr Infos zum Thema Kontaktlinsen und gutes Sehen gibt es auch hier: www.1xo.de (<http://www.1xo.de>)