



10 Dicas diárias para os novos usuários de lentes de contato

1. Sempre lave as mãos antes de manusear suas lentes.
2. Verifique se elas estão no avesso, se há rasgos ou arranhões nas lentes antes de colocá-las.
3. Comece sempre pelo mesmo olho todas as vezes que colocar ou retirar suas lentes.
4. Use um estojo de lentes que esteja claramente marcado “D” e “E”, para que você não as confunda.
5. Sempre use a solução para lentes de contato apropriada para limpar, desinfetar e armazenar suas lentes. Nunca use água ou soro fisiológico.
6. Lembre-se de limpar e desinfetar suas lentes com solução antes de colocá-las, todas as vezes. Siga cuidadosamente as instruções para uso para sua solução de lentes de contato.
7. Nem todas as lentes de contato são aprovadas para uso prolongado ou durante a noite. Consulte seu oftalmologista para esclarecer o qual o uso adequado para você.
8. Nunca use suas lentes por mais tempo que o recomendado pelo seu oftalmologista.
9. Não ignore o desconforto. Remova as lentes, verifique se há arranhões ou rasgos e limpe e desinfete-as antes de recolocá-las. Se houver algo que ainda incomoda, fale com seu oftalmologista.
10. Mantenha seus óculos com você. Você nunca sabe quando precisará fazer uma pausa no uso de suas lentes de contato.

Você pode aprender mais sobre como inserir e remover suas lentes, como cuidar delas, e o que esperar como usuário de lentes de contato em coopervision.com.br/novos-usuarios-de-lentes-de-contato

