

PRESSEINFORMATION

Kontaktlinsen: Reinigung & Pflege im Überblick

Kontaktlinsen bieten im Vergleich zur Brille viele Vorteile. Einziges Manko: Sie brauchen vielfach eine aufwändigere Pflege. Und nur wer seine Kontaktlinsen gut pflegt, wird eine lange Zeit entspannt Kontaktlinsen tragen können. Warum die Pflege so wichtig ist und was es mit den unterschiedlichen Systemen auf sich hat, lesen Sie hier:

- **Warum ist die Kontaktlinsen-Pflege so wichtig?**

Kontaktlinsen sind Medizinprodukte. Entsprechend wichtig ist eine sorgsame Pflege! Beim täglichen Tragen bilden sich durch den Kontakt mit dem Auge und der Umwelt Ablagerungen, die nicht immer offensichtlich erkennbar sind. Diese müssen jedoch nach jeder Nutzung entfernt werden, damit der Tragekomfort, die Sehqualität und die Sauerstoffdurchlässigkeit der Kontaktlinsen nicht abnehmen, was dem Auge schaden könnte. Da die Pflegeprodukte vorrangig körpereigene Stoffe wie Fette, Eiweiße etc. entfernen können ist es besonders wichtig, den Kontakt z.B. zu Kosmetikprodukten zu vermeiden und vor jedem Anfassen der Kontaktlinsen gründlich die Hände zu waschen. Die Desinfektion wirkt übrigens nur gegen Bakterien, Keime und Pilze, nicht aber gegen Viren, so dass nach einer Virusinfektion die Kontaktlinsen entsorgt werden müssen. Fazit: Eine optimale Pflege ist nötig, um unnötige Belastungen des Auges zu vermeiden. Bei Nichtachtung kann es schlimmstenfalls zu ernsthaften Erkrankungen / Schädigungen des Auges kommen!

- **Worauf muss man bei der Pflege achten?**

Wichtig ist, sich immer an die Anweisungen der Hersteller zu halten. Wenn z.B. die Rede davon ist, tägliche frische Reinigungslösung zu nutzen, dann ist dies **zu** beherzigen, weil schon benutzte Lösungen durch die Verunreinigung ein zusätzliches Risiko darstellen. Ihre Socken tragen sie doch auch nur einmal, auch wenn diese noch sauber aussehen, oder? Dies gilt übrigens nicht nur für die Lösung, sondern auch für die Behälter! Wechseln Sie auch diese regelmäßig. Sichtbare wie unsichtbare Ablagerungen können dem Auge schaden! Weiterhin bitte die Kontaktlinsen **NIE** mit Leitungswasser abspülen (Chlor, Keime und andere Rückstände schaden der Kontaktlinse und können Reizungen des Auges hervorrufen!). Dafür aber bitte vor dem Anfassen der Kontaktlinsen immer die Hände gründlich waschen und abtrocknen!

- **Welche Pflegeprodukte gibt es?**

Die Pflege der Kontaktlinsen richtet sich nach der Art der Kontaktlinse, den Tragebedingungen und der Beschaffenheit des Tränenfilms. Entsprechend gibt es eine Vielzahl von verschiedenen Produkten. Grundsätzlich unterscheidet man jedoch Pflege für harte und Pflege für weiche Kontaktlinsen. Für weiche Kontaktlinsen gibt es wiederum zwei unterschiedliche Systeme: All-In-One-Systeme und Peroxid-Systeme.

All-In-One-Systeme

sind einfach zu handhabende „Kombilösungen“. Mit diesem einen Produkt können Sie Ihre Linsen reinigen, desinfizieren, aufbewahren, abspülen und sie dann direkt aufsetzen. Wahlweise ist auch eine Proteinentfernung oder Benetzung integriert. Damit die All-In-One-Lösung ihre Wirkung besser entfalten kann, legen Sie die Kontaktlinsen in die hohle Hand und reiben sie mit ein paar Tropfen der Lösung sternförmig von der Mitte zum Rand ab. Auf diese Weise kann man die Verunreinigungsschicht auf der Linse aufbrechen und die Lösung kann sie entfernen. Wichtig ist es, beide Seiten abzureiben und darauf zu achten, dass die Linsen zum Schluss nicht umgestülpt sind.

Eine All-In-One-Lösung lässt übrigens durch die enthaltenen Konservierungsstoffe auch die Lagerung der Kontaktlinsen über mehrere Tage zu.

Peroxid-Systeme

haben eine stärker reinigende und desinfizierende Wirkung als All-In-One-Lösungen. Bei ihnen entfällt das Reiben der Kontaktlinsen. Nach der Reinigung und Desinfektion mit Wasserstoffperoxid müssen die Linsen bzw. die Desinfektionslösung neutralisiert werden, weil sonst eine starke Reizung am Auge hervorgerufen werden kann – Peroxid ist immerhin der Stoff, der früher zum Bleichen der Haare verwendet wurde. Auf Grund dessen sind sie übrigens auch nicht für Farblinsen geeignet.

Bei den Peroxid-Systemen gibt es 1-Schritt und 2-Schritt-Systeme:

1-Schritt-Peroxid-Systeme (Tabletten- oder Katalysator-Systeme) sind die bequeme, einfach zu handhabende Variante der Peroxid-Systeme. Eine Tablette oder Katalysator trennt die Wasserstoffperoxid-Lösung in Sauerstoff und Kochsalzlösung und neutralisiert sie so. Damit der entstandene Sauerstoff entweichen kann, muss unbedingt der mitgelieferte Spezialbehälter verwendet werden. Diese beiden Systeme enthalten keine Konservierungsstoffe und schonen daher empfindliche Augen. Zum Abspülen der Kontaktlinsen benötigen Sie zusätzlich eine Kochsalzlösung. Die **2-Schritt-Peroxid-Systeme** bestehen aus zwei Lösungen, die nacheinander angewendet werden und somit in der Anwendung etwas unbequemer sind. Von der Funktionsweise sind sie jedoch gleich.

- **Über diese „Basis-Pflege“ hinaus, gibt es noch verschiedene Ergänzungsprodukte:**

Nachbenetzungstropfen

Nachbenetzungstropfen verbessern den Tragekomfort von Kontaktlinsen bei trockeneren Augen bzw. trockenen Tragbedingungen (z.B. bei Heizungsluft, in klimatisierten Räumen, oder bei der Arbeit vor dem Monitor). Zur Anwendung gibt man einen Tropfen direkt auf das Auge bzw. während des Tragens direkt auf die Kontaktlinse.

Kochsalzlösung statt Leitungswasser!

Um Ihre Linsen abzuspülen, sprich um störende Schmutzpartikel von Ihren Linsen zu entfernen, bitte nie zu Leitungswasser greifen. Kalk z.B. führt durch die Einlagerung im Linsenmaterial zu einer Veränderung der Passform und Verschlechterung der Sehqualität. Im Leitungswasser vorkommende Bakterien und eine hohe Chlorkonzentration die mit der Linse an das Auge geraten, können Reizungen und Infektionen am Auge auslösen. Daher bitte immer statt Leitungswasser eine [Kochsalzlösung](#) verwenden (wenn Sie nicht sowieso ein All-In-One-Produkt verwenden). Eine Kochsalzlösung für Kontaktlinsenträger ist eine sterile Lösung, die der Tränenflüssigkeit nachempfunden ist. Der pH-Wert entspricht dem der Tränenflüssigkeit (7,2) und sie enthält gleiche Menge gelöster Salze. Zusätzlich eignet sich die Kochsalzlösung ideal zur Anwendung der Proteinentfernungstablette.

Proteinentferner

Proteinentfernertabletten sind die ideale Ergänzung zur Pflege der Kontaktlinsen. Im Zuge des Stoffwechsels lagern sich Proteine aus Ihrer Tränenflüssigkeit auf Ihren Kontaktlinsen ab - bei dem einen mehr, bei dem anderen weniger. Besonders sind hiervon weiche Kontaktlinsen betroffen, da diese entsprechend ihres Wassergehalts z.T. auch Tränenflüssigkeit aufnehmen. Die Proteine auf der Linsenoberfläche vermindern dann den Tragekomfort, die Sauerstoffversorgung des Auges und die Sehleistung. Im Extremfall können sie auch allergische Reaktionen des Auges hervorrufen und zu einer Bindehautentzündung (Konjunktivitis) führen. Die Anwendung von Proteinentfernern 1x pro Woche ist somit der perfekte „Vorwaschgang“ besonders für Jahreslinsen und bei vermehrter Neigung zu Eiweißablagerungen für alle Arten von Linsen.

Hartlinsen-Pflege

Harte Kontaktlinsen werden nach dem Tragen intensiv mit einer Reinigungslösung gereinigt (durch Reiben der Kontaktlinsen in der Hand), abgespült und danach in der Aufbewahrungslösung desinfiziert. Oft eignet sich die Aufbewahrungslösung auch besonders gut zum Auf-

setzen. Teilweise empfiehlt sich aber auch hier das Abspülen der Kontaktlinsen mit Kochsalzlösung.

- **Und wie ist es mit den kleinen Aufbewahrungsbehältern?**

Wichtig ist, immer den jeweils zu den Pflegeprodukten gehörenden Behälter zu verwenden. Z.B. werden für die Peroxid-Systeme Behälter benötigt, die die entstehenden Gase entweichen lassen können. (Vorsicht: Ein luftundurchlässiger Behälter könnte geradezu explodieren!). Die Behälter müssen weiterhin besonders gut gepflegt werden. Das funktioniert so: Der Behälterboden wird gleichzeitig mit den Linsen durch die täglich frische Lösung desinfiziert. Zusätzlich sollte 1x pro Woche eine Desinfektion des Deckels erfolgen! Dazu geben Sie, wenn die Linsen am Auge sind, frische Desinfektionslösung in den Behälter, schließen ihn und stellen ihn für ca. 4 Stunden "auf den Kopf". (Am Besten auf eine wasserfesten Unterlage, falls Flüssigkeit austritt.). Das Äußere des Behälters kann mit Wasser abgespült werden. Das Innere bitte nicht. Last but not least: Der Behälter sollte monatlich, spätestens aber alle 3 Monate ausgetauscht werden.

- **Wo erhält man die entsprechenden Reinigungs- und Pflegemittel?**

Sie können diese bei einem spezialisierten Augenoptiker oder Augenarzt kaufen, oder diese über einen Versandhandel bestellen (z.B. im Internet bei der 4CARE AG unter www.lenscare.de – ab 1. Oktober 08 unter www.lensbest.de).

Über die 4CARE AG:

Die in Kiel ansässige 4CARE AG (ehemals Lenscare AG) ist Deutschlands führender Anbieter von Kontaktlinsen und Pflegemitteln. Als zertifizierter Medizinprodukte-Hersteller und etablierter Versandhändler legt das 1995 gegründete Unternehmen größten Wert auf qualitativ hochwertige Produkte zu günstigen Preisen, professionelle Beratung und einen sicheren und schnellen Service. Bestellt werden kann über das Internet unter www.lenscare.de (ab 1. Oktober 08 unter www.lensbest.de) sowie z.B. über den halbjährlich versendeten Katalog oder den kostenlosen Telefonservice unter 0800/53672273. Unabhängige Tests (z.B. Ökotest: „Sehr gut“) und Awards (Online-Shop des Jahres 2006) sowie eine starke Kundenbindung unterstreichen den Erfolg der 4CARE AG im Endkundengeschäft.



Übrigens: Zusammen mit dem Relaunch von Lenscare.de im Oktober 2008 wird der Name des Webshops in Lensbest.de geändert – mit vielen neuen Features, die den Einkauf im Internet noch bequemer und einfacher machen.

Pressekontakt:

Ziegfeld Enterprise GmbH
Anna Rathje
Friedensallee 38, 22765 Hamburg
Tel: 040 – 38 68 74 62
anna.rathje@ziegfeld-enterprise.de