

Mit Kontaktlinsen entspannt durch den Winter

Kiel, Dezember 2008 - Die Tage werden kürzer, die Temperaturen sinken und der erste Schnee fällt...es ist Winter! Und mit der kalten Jahreszeit heißt es nicht nur, die warme Kleidung aus dem Schrank zu holen, auch unsere Augen benötigen jetzt eine besondere Behandlung. Für Menschen mit Kontaktlinsen gelten dabei besondere Wohlfühl-Regeln. Die 4CARE AG, Deutschlands größter Kontaktlinsenversender und Hersteller der Marke Lencare, hat die wichtigsten Tipps für Sie zusammengestellt.

In der Sauna

Prinzipiell können Kontaktlinsen auch in der Sauna getragen werden. Ihr Vorteil: Sie beschlagen nicht! **Wichtig** ist, viel zu **blinzeln**. Dies schützt vor zuviel Hitze und Trockenheit. **Vorsicht** ist geboten, wenn das Auge juckt, brennt oder die Kontaktlinse scheuert: Dann sollte sie besser sofort entfernt werden! **Tipp:** Ein paar Tropfen Nachbenetzung (z.B. Lencare DropsPremium), aufgetragen vor dem Saunagang, schützt die Kontaktlinsen vorm Austrocknen.

Beim Skifahren

Kontaktlinsen sehen nicht nur besser aus, sie tragen sich auch unter der Skibrille sehr viel leichter als eine Brille und **kein Beschlagen** verhindert den Durchblick. Zudem bergen die Kontaktlinsen bei einem möglichen Sturz kein **Verletzungsrisiko** wie ein Brillengestell. Besonders empfehlenswert unter der Skibrille sind **weiche Kontaktlinsen**, da sie sehr gut am Auge sitzen. **Tipp:** Blinzeln nicht vergessen, damit die Kontaktlinse auf Körpertemperatur gehalten wird!

Im Büro

Trockener Heizungsluft wirkt man am Besten mit **Gel-System-Linsen** entgegen. Diese Premiumlinsen enthalten **Hyaluron**, welches viel Feuchtigkeit speichert und benetzend wirkt. **Tipp:** Auch **Nachbenetzungstropfen** mit Hyaluron wirken wohltuend bei trockenenTragebedingungen. Bei Bedarf einfach 1-2 Tropfen direkt auf das Auge geben, ein paar mal Blinzeln – und entspannen!

Zuhause

Zuhause vorm **Kamin** als auch in der Sporthalle gelten gleiche Regeln wie im Büro bei trockener Luft: Nachbenetzungstropfen, Gel-System-Linsen und ausreichendes Blinzeln helfen, den Feuchtigkeitsverlust auszugleichen. **Tipp:** Streichen Sie sanft mit beiden Zeigefingern über die Lider der geschlossenen Augen – das verteilt die **Tränenflüssigkeit**, regt deren Neuproduktion an, verhindert das die Kontaktlinse am Auge „klebt“ und wirkt entspannend!

In der Badewanne:

Mit Kontaktlinsen behalten Sie auch im wohligen warmen, dampfenden Bad den Durchblick, da sie nicht beschlagen können. **Tipp:** Besonders geeignet sind hier Tageslinsen, da sie nach dem Bad einfach entsorgt werden können. Denn Wasserspritzer (Leitungswasser) enthalten Keime, die dem Auge schaden können).

Im Auto

Tipp: Achten Sie im Auto darauf, dass das Gebläse der Heizung nicht direkt auf Ihre Augen ausgerichtet ist! Die starke Hitze zusammen mit der trockenen Luft ist eher ungünstig für Kontaktlinsenträger. Je weniger Sie die Heizung und das Gebläse verwenden, desto besser für Ihre Kontaktlinsen. Auch hier gilt: Viel blinzeln – gerne auch einmal kräftig zusammenkniffen oder leicht auf dem Augenlid reiben!

Über die 4CARE AG:

Die in Kiel ansässige 4CARE AG (ehemals Lenscare AG) ist Deutschlands größter Anbieter von Kontaktlinsen und Pflegemitteln. Als zertifizierter Medizinprodukte-Hersteller und etablierter Versandhändler steht das 1995 gegründete Unternehmen für qualitativ hochwertige Produkte zu günstigen Preisen, professionelle Beratung und einen sicheren und schnellen Service. Ein breites Produktsortiment und unabhängige Tests (Ökotest: „Sehr gut“ für das Peroxid-Pflegemittel Komfort Plus, 01/2004) unterstreichen den Erfolg der Marke Lenscare. Neben der Eigenmarke Lenscare werden über die Vertriebskanäle der 4CARE AG auch die Produkte anderer namhafter Hersteller vertrieben. Bestellt werden kann über das Internet unter www.lensbest.de (bisher: www.lenscare.de) sowie über den halbjährlich versendeten Katalog oder die kostenlose Servicenummer unter 0800/ 53 67 22 73.

**Pressekontakt:**

Ziegfeld Enterprise GmbH, Anna Rathje

Tel: 040 – 38 68 74 - 62, anna.rathje@ziegfeld-enterprise.de, www.ziegfeld-enterprise.de