

## Risiko Kontaktlinse? Nicht, wenn man sich an 10 Regeln hält!

**Bernd Behrens, Geschäftsführer bei Deutschlands größtem Kontaktlinsenversender, über den richtigen Umgang mit den kleinen Sehhilfen.**

Das Auge juckt, kratzt oder ist gerötet. Eine typische Abwehrreaktion, die Kontaktlinsenträger schmerzhaft am eigenen Leib erfahren können. Dabei ist das Tragen von Kontaktlinsen eigentlich eine komfortable Angelegenheit, wenn man sich im Vorfeld gründlich informiert.

„Viele Probleme mit Kontaktlinsen können vermieden werden, wenn die Verwender sich an die Grundregeln des Kontaktlinsentragens halten“, erklärt Bernd Behrens, Geschäftsführer der 4CARE GmbH, zu der Deutschlands größter Kontaktlinsenversender Lensbest gehört. „Wir klären unsere Kunden deshalb umfassend auf!“.

Elke Fröhlich, Augenoptiker-Meisterin und Sicherheitsbeauftragte für Medizinprodukte bei der 4CARE GmbH, hat die 10 wichtigsten Regeln für einen gesunden Umgang mit Kontaktlinsen zusammengestellt:

1. Vor dem ersten Mal zum Kontaktlinsenspezialisten  
Dieser überprüft, ob die Augen für das Tragen von Kontaktlinsengeeignet sind, misst Werte und Tränenfilm, empfiehlt eine Kontaktlinsenart und prüft die Passform. Er übt das Auf- und Absetzen und wählt ein passendes Pflegemittelsystem.
2. Empfohlene Tragezeiten einhalten  
Kontaktlinsen nie länger als empfohlen auf dem Auge lassen und dem Auge regelmäßige Kontaktlinsenpausen (Brillentage) gönnen.
3. Kontaktlinsen jeden Abend reinigen und desinfizieren  
Dazu immer eine frische Lösung verwenden und den Behälter monatlich wechseln. Behälter gehören nicht in den Geschirrspüler!
4. Gründlich die Hände waschen  
Vor dem Auf- und Absetzen von Kontaktlinsen gründlich die Hände waschen. Für unterwegs immer feuchte Tücher oder Handdesinfektionsgel dabei haben.
5. Bei Verwendung einer All-In-One- Lösung Kontaktlinsen abreiben  
Bevor die Kontaktlinse in die All-In-One-Lösung (auch: Kombi-Lösung) gelegt wird, muss sie in der Handfläche sternförmig von beiden Seiten mit All-In-One-Lösung abgerieben werden:
6. Allergiker? Peroxid-1-Schritt-System oder Tageslinsen  
Wer allergisch auf Konservierungsstoffe reagiert, verwendet für

4Care GmbH  
Wissenschaftspark  
Fraunhoferstraße 17  
24118 Kiel



Ihr direkter Kontakt:  
Frauke Rodeck  
Public Relations

Fon: +49(0) 431 - 88 11 638  
Fax: +49(0) 431 - 88 11 709  
E-Mail: f.rodeck@4care.de

Reinigung und Desinfektion am besten ein 1-Schritt-System. Die Alternative sind Tageslinsen.

7. Kontaktlinsen nie mit Leitungswasser in Berührung bringen  
Chlor und Keime aus dem Leitungswasser können sich auf den Kontaktlinsen ansiedeln und lassen sich auch durch eine Desinfektion nicht entfernen. Kalk führt dazu, dass sich die Passform verändert. Das kann zu ernsthaften Erkrankungen des Auges führen.
8. Neue Linsenmarke, neues Pflegemittel? Check beim Spezialisten!  
Wer sich eine neue Kontaktlinsenmarke oder ein neues Pflegemittel gekauft hat, sollte sorgfältig die Beilagen lesen und nach einiger Zeit den Sitz der Kontaktlinsen und die Wirkung des Pflegemittels von einem Spezialisten überprüfen lassen.
9. Unangenehmes Gefühl? Kontaktlinsen sofort vom Auge nehmen!  
Bei Brennen, Kratzen, Jucken oder Rötungen auf keinen Fall noch einige Stunden auf Besserung warten. Wenn die Ursache für die Abwehrreaktion nicht gefunden werden kann (z.B. Fremdkörper unter Kontaktlinse, falsch herum aufgesetzt) einen KL-Spezialisten aufsuchen
10. Immer eine Brille in der aktuellen Stärke dabei haben  
Niemals die Kontaktlinsen trotz spürbarer Abwehrreaktion auf dem Auge lassen!

Die Kunden von Lensbest finden auf allen Kanälen Informationen zum Thema Kontaktlinse.

Service-Videos: <http://www.lensbest.de/shop/Beratung>

Videoschulungen und Service-Seiten im Shop:  
<http://www.lensbest.de/shop/Service>

Handhabungs-Beilagen in allen Paketen, umfangreiche Beileger zu den Produkten, Beratung per Email und eine Telefon-Hotline, die 24 Stunden lang geschaltet ist.

#### Über die 4Care GmbH

4Care gehört europaweit zu den führenden Multichannel-Anbietern von Kontaktlinsen, Pflegemitteln und Brillen. Das inhabergeführte Unternehmen steht für qualitativ hochwertige Produkte und individuelle, moderne Vertriebskonzepte online und stationär.

4Care hat es sich zur Aufgabe gemacht, Menschen dabei zu helfen, besser zu sehen und dabei gut auszusehen. Persönliche Produkt- und Servicelösungen für die Gesunderhaltung und Optimierung der Sehkraft sind dabei selbstverständlich.

Das starke Produktmarken-Portfolio des zertifizierten Medizinprodukte-Herstellers bedient mit den Marken Lenscare (Kontakt-linsen, Pflegemittel und Zubehör), Lennox eyewear (Brillen und Sonnenbrillen) sowie der Marke Acumed für den SB-Handel (Kontaktlinsen, Pflegemittel, Fertiglasebrillen und Sonnenbrillen) gezielt verschiedene Zielgruppen und Marktsegmente. Lensbest, der Online-Shop von 4Care, bietet darüber hinaus umfassende Produktinformationen, Anwendungs-Videos und interaktive Entscheidungshilfen wie Online-Anprobe und Brillenberater.

Unsere Marken:

LENSBEST

lenscare

Lennox<sup>®</sup>