

# Comment prendre soin de tes yeux et de tes lentilles MiSight® 1 day

## Recommandations importantes

Pour la liste complète des indications, contre-indications et avertissements, se référer à la notice d'utilisation.

Si c'est la première fois que tu vas porter des lentilles, tu te demandes sans doute comment faire. Les recommandations **TOUJOURS** et **NE JAMAIS** ci-dessous décrivent des pratiques qu'il faut adopter et d'autres qu'il ne faut pas faire. Ces conseils te seront utiles pour prendre soin de tes yeux et de tes lentilles MiSight® 1 day.

### TOUJOURS :

#### Commencer par le même œil

Pour mettre tes lentilles, prends l'habitude de toujours commencer par le même œil. Tu auras moins de risque d'inverser tes lentilles par erreur.

#### Prendre le temps nécessaire

Manipule lentement tes lentilles et suis bien les étapes du guide. Au début, cela prendra un certain temps, mais avec la pratique, cela deviendra plus facile. En peu de temps, tu pourras mettre et enlever tes lentilles en toute confiance.

#### Suivre le temps de port recommandé

Pour MiSight® 1 day, le temps de port recommandé est de 10 heures par jour minimum et 6 jours par semaine minimum.

#### Se rendre au rendez-vous fixé par l'ophtalmologiste

Les visites régulières chez ton ophtalmologiste sont importantes, elles permettent d'évaluer les progrès accomplis.

#### Suivre les recommandations de ton ophtalmologiste

Porter des lentilles de contact comporte certains risques. Tu peux réduire ces risques en respectant strictement les recommandations de ton ophtalmologiste.

### NE JAMAIS :

#### Mettre les lentilles en contact avec l'eau

Le contact avec l'eau (p. ex. douche, natation ou autres activités aquatiques) augmente le risque d'infection oculaire grave et peut entraîner une perte de vision. Par conséquent, n'expose pas tes lentilles à l'eau, y compris lorsque tu les portes.

Avant de manipuler tes lentilles, tu dois te laver les mains et bien les SÉCHER.

#### Porter une lentille endommagée

Si tu constates que ta lentille ou son emballage est endommagé de quelque façon que ce soit, ne la porte pas. Remplace-la en ouvrant un nouveau blister.

#### Porter des lentilles qui te gênent

Si tu ne te sens pas bien, si tes yeux sont rouges ou irrités, retire immédiatement tes lentilles, porte plutôt tes lunettes et consulte ton ophtalmologiste.

#### Porter des lentilles périmées

N'utilise jamais de lentilles au-delà de leur date d'expiration indiquée sur l'emballage.

**Si tu as des questions, adresse-toi à ton ophtalmologiste, c'est la personne la mieux placée pour t'aider.**

## Si tu as la moindre inquiétude, n'hésite pas à contacter ton ophtalmologiste

Rien dans cette brochure ne doit être interprété comme un avis médical, ni n'a pour but de remplacer les recommandations d'un professionnel de la vue.

Les lentilles de contact souples MiSight® 1 day (omafilcon A) sont indiquées pour la correction de la myopie et la réduction du taux de progression de la myopie chez les enfants (6-18 ans). Ces lentilles jetables journalières, à usage unique, ne doivent être portées qu'une seule fois et jetées après chaque utilisation. Ne pas dormir avec. Veuillez lire attentivement les instructions figurant sur la notice et l'étiquetage. Pour la liste complète des indications, contre-indications et avertissements, veuillez consulter la notice. Le port de lentilles est possible sous réserve de non-contre-indication médicale au port de lentilles et soumis à une prescription médicale. En cas de doute, demandez conseil à votre ophtalmologiste ou votre opticien. Ces dispositifs médicaux sont des produits de santé réglementés qui portent, au titre de cette réglementation, le marquage CE 0123. Fabricant : CooperVision Manufacturing Ltd. COOPERVISION SAS au capital de 71 712€ dont le siège social est situé Immeuble Les 2 Arcs bât B - 1800 Route des Crêtes B.P. 273 - 06905 Sophia Antipolis Cedex, France et immatriculée au RCS de Grasse sous le n°39200221800049. Février 2023. COO-0019-001.



CooperVision®

Tu t'apprêtes sûrement à porter des lentilles souples pour la première fois.

Nous avons constitué ce guide pratique qui t'explique étape par étape comment mettre et retirer tes lentilles. Tu y trouveras des conseils très utiles pour t'habituer à porter des lentilles de contact en toute confiance. Pour t'aider, scanne le QR code pour accéder aux tutoriels.

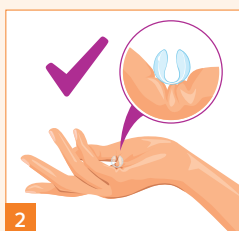


## Mettre ses lentilles, ça s'apprend !



### Étape 1 : Nettoie et sèche bien tes mains

- Avant de manipuler tes lentilles, lave tes mains avec un savon neutre et rince-les soigneusement à l'eau.
- **Sèche bien** tes mains avec une serviette non pelucheuse.



### Étape 2 : Prépare la lentille

- Retire la lentille du blister.
- Place la lentille dans le pli de paume de ta main et referme légèrement ta main. Si la lentille est à l'endroit, elle devrait avoir la forme d'un bol avec le rebord vers le haut. Si elle est à l'envers, elle aura le bord évasé.
- Pose la lentille sur ton index.



### Étape 3 : Pose la lentille

- Relève ta paupière supérieure en la tenant par les cils, au-dessus de ton œil.
- Tire la paupière inférieure vers le bas en appuyant à la base des cils.
- Regarde droit devant toi, idéalement un point fixe dans le miroir sans bouger ton œil. Reste bien dessus !
- Vas-y lentement. Place délicatement la lentille sur la partie colorée de ton œil.



### Étape 4 : Vérifie et confirme

- Une fois la lentille posée, éloigne lentement ton index de ton œil.
- En maintenant les paupières ouvertes, regarde dans toutes les directions pour faire disparaître toute bulle d'air entre ta cornée et la lentille.
- Relâche lentement les paupières. Cligne doucement de l'œil pour que la lentille soit bien en place.

**MISE EN GARDE :** Il faut absolument éviter le contact des lentilles avec l'eau : cela augmente de façon considérable les risques d'une grave infection oculaire et peut entraîner une perte de la vision.

## Retirer ses lentilles, ça s'apprend !



### Étape 1 : Nettoie et sèche bien tes mains

- Nettoie soigneusement tes mains avec un savon neutre et rince-les bien à l'eau.
- **Sèche bien** tes mains avec une serviette non pelucheuse.



### Étape 2 : Prépare-toi à retirer la lentille

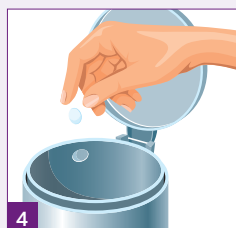
- Regarde droit devant, dans le miroir et assure-toi que la lentille est placée sur la partie colorée de ton œil.
- Relève ta paupière supérieure en la tenant par les cils, au-dessus de ton œil. Tire la paupière inférieure vers le bas. Maintiens fermement tes paupières et garde les yeux ouverts.



### Étape 3 : Retire la lentille

- Appuie délicatement mais fermement sur la surface de la lentille puis fais-la glisser vers le bas, sur la partie blanche de ton œil.
- Pince la lentille délicatement entre le pouce et l'index, et retire-la.

**UN BON CONSEIL :** Il est plus sûr et plus facile de retirer la lentille si elle est positionnée sur le blanc de l'œil, plutôt que sur la partie colorée.



### Étape 4 : Jette la lentille

- Une fois la lentille retirée, tu n'as plus qu'à la jeter et à suivre les mêmes étapes pour l'autre œil.