

## PETUNJUK PENGGUNAAN UNTUK PASIEN

ID-P-002 Rev3

1-DAY ACUVUE® MOIST Brand Contact Lenses with LACREON®

1-DAY ACUVUE® MOIST Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM with LACREON®

1-DAY ACUVUE® MOIST Brand MULTIFOCAL Contact Lenses with LACREON®

1-DAY ACUVUE® DEFINE® Brand Contact Lenses with LACREON®

ACUVUE® OASYS Brand Contact Lenses with HydraLuxe®

ACUVUE® OASYS Brand Contact Lenses with HydraLuxe® for ASTIGMATISM

Informasi dan instruksi dalam buku ini hanya digunakan pada 1-DAY ACUVUE® MOIST Brand Contact Lenses with LACREON®, 1-DAY ACUVUE® MOIST Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM with LACREON®, 1-DAY ACUVUE® MOIST Brand MULTIFOCAL Contact Lenses with LACREON®, 1-DAY ACUVUE® DEFINE® Brand Contact Lenses with LACREON®, ACUVUE® OASYS Brand Contact Lenses dengan HydraLuxe® dan ACUVUE® OASYS Brand Contact Lenses dengan HydraLuxe® for ASTIGMATISM.

Agar mata anda sehat, hal penting adalah lensa kontak anda hanya dipakai sesuai dengan parameter/ukuran yang diberikan oleh *Eye Care Professional* anda. *Eye Care Professional* anda harus mengetahui riwayat medis dan merencanakan program perawatan berdasarkan kebutuhan anda dan juga menjelaskan semua instruksi untuk penanganan dan perawatan lensa termasuk bagaimana membuka kemasan dengan mudah dan aman. Anda juga akan diajarkan bagaimana memakai dan melepas lensa dengan baik. Buku panduan ini akan menerangkan kembali instruksi dari *Eye Care Professional* tersebut.

**Bila anda mempunyai pertanyaan, selalu berkonsultasi dengan *Eye Care Professional* anda.**

Daftar istilah yang umum digunakan dimasukkan untuk referensi anda. Ini terdiri dari daftar definisi terminologi medis/teknis dalam buku ini. Sebagai tambahan, daftar simbol menjelaskan simbol yang mungkin terlihat pada kemasan lensa.

### ***Tentang Lensa Kontak Anda dan pemakaian lensa kontak***

Lensa kontak diberi warna untuk penanganan dan juga mempunyai bahan penghambat UV yang menghambat sinar radiasi UV. Lensa ini juga digunakan untuk mengoreksi rabun jauh (myopia) dan rabun dekat (hyperopia). Apabila lensa ini diresepkan dengan pemakaian disposable harian, lensa harus dibuang setelah dilepas, dan karena ini tidak diperlukan pembersihan atau disinfeksi lensa. Pastikan bahwa anda memiliki lensa tau kacamata cadangan pada saat lensa kontak tidak dipakai. Dengan mengganti lensa kontak Anda secara teratur, endapan lensa, yang dapat mempengaruhi penglihatan dan menyebabkan iritasi dan ketidaknyamanan pada mata, memiliki sedikit kesempatan untuk menumpuk dari waktu ke waktu seperti pada penggunaan lensa konvensional. Bila Anda membuang lensa, Anda membuang potensi masalah penumpukan deposit.

### **Simbol berikut ini dapat terlihat pada label atau kemasan:**

SIMBOL	KETERANGAN	SIMBOL	KETERANGAN
	Konsultasikan Instruksi Penggunaan, Peringatan	<b>DIA</b>	Diameter
	Tanggal Pembuatan	<b>BC</b>	Base Curve (Kelengkungan Dasar)
	Pabrik Pembuatan	<b>D</b>	Diopter (Ukuran Kekuatan Lensa)
	Gunakan Sebelum (Tanggal Kadaluasa)	<b>CYL</b>	Silinder
<b>LOT</b>	Kode Batch	<b>AXIS</b>	Axis
	PERHATIAN: Hukum Federal Amerika membatasi perangkat ini dijual oleh atau atas pesanan praktisi berlisensi		Menahan Sinar Ultra-Violet
	Jangan Gunakan Bila Kemasan Rusak		Biaya Dibayar Untuk Pengelolaan Limbah
	Jangan Digunakan Kembali (Satu Kali Pakai)	<b>STERILE</b> 	Disterilkan Menggunakan Uap Panas
	Simbol Sistem Kualitas		Orientasi lensa yang benar

	Menunjukkan Sistem Penghalang Steril Tunggal		Orientasi lensa yang tidak benar (Lensa terbalik)
	Simbol Zat Berbahaya	<b>MAX ADD</b> <b>LOW</b> <b>MID</b> <b>HIGH</b>	Near ADD
	Simbol Alat Kesehatan di Komunitas Eropa		Low Near ADD (Rendah)
	Perwakilan Resmi di Komunitas Eropa		Medium Near ADD (Sedang)
	Petunjuk Pembukaan Kemasan (Blister)		High Near ADD (Tinggi)
			(Hanya untuk 1-DAY ACUVUE® MOIST Brand MULTIFOCAL Contact Lenses with LACREON®)

### **DAFTAR ISTILAH UMUM: Istilah dan Definisi**

**Astigmatisme** - Kondisi dimana kornea mempunyai kelengkungan yang tidak sama di semua bagian permukaannya. Bentuknya agak lonjong, sehingga gambar visual menjadi tidak fokus (buram)

**Konjungtivitis** - Peradangan konjungtiva

**Kornea** - Bagian depan mata yang jernih

**Ulkus Kornea** - Luka atau lesi pada kornea

**Peradangan** - Pembengkakan, kemerahan dan rasa sakit

### **JADWAL PEMAKAIAN, BATASAN & INDIKASI**

**1-DAY ACUVUE® MOIST Brand Contact Lenses with LACREON® (etafilcon A) dan ACUVUE® OASYS Brand Contact Lenses dengan HydraLuxe® (senofilcon A)** digunakan untuk mengoreksi mata yang tidak berpenyakit dengan rabun jauh (myopia) dan rabun dekat (hyperopia) dan mungkin mempunyai astigmatisme dengan C-1.00D atau kurang dari C-1.00D.

**1-DAY ACUVUE® MOIST Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM with LACREON® (etafilcon A) dan ACUVUE® OASYS Brand Contact Lenses with HydraLuxe® for ASTIGMATISM (senofilcon A)** digunakan untuk mengoreksi mata yang tidak berpenyakit dengan rabun jauh (myopia) atau rabun dekat (hyperopia) dan mungkin mempunyai astigmatisme C-0.50D sampai C-3.00D.

**1-DAY ACUVUE® DEFINE® BRAND Contact Lenses with LACREON® (etafilcon A)** digunakan untuk meningkatkan atau merubah tampilan mata yang alami. Lensa ini juga digunakan untuk mengoreksi mata yang tidak berpenyakit dengan rabun jauh (myopia) dan rabun dekat (hyperopia) dan mungkin mempunyai astigmatisme dengan C-1.00D atau kurang dari C-1.00D. Lensa ini tersedia dalam beberapa desain/warna. Kunjungi website [www.acuvue.co.id](http://www.acuvue.co.id) untuk mengetahui varian desain/warna 1-DAY ACUVUE® DEFINE® BRAND Contact Lenses with LACREON® yang tersedia.

**1-DAY ACUVUE® MOIST Brand MULTIFOCAL Contact Lenses with LACREON®** digunakan untuk mengoreksi mata pada orang presbiopia yang tidak berpenyakit dengan rabun jauh (myopia) atau rabun dekat (hyperopia) dan mungkin mempunyai ADD power C-4.00D atau kurang dari C-4.00D dan astigmatisme C-0.75D atau kurang dari C-0.75D.

Lensa-lensa ini mengandung UV Blocker yang membantu melindungi mata dari sinar radiasi UV ke kornea dan ke dalam mata. **PERHATIAN: LENSA KONTAK ANTI UV bukan pengganti kacamata anti UV seperti *goggle* atau *sunglass* karena lensa kontak tidak menutupi mata dan area sekeliling mata. Anda harus terus memakai kacamata seperti yang diarahkan. Catatan: Paparan radiasi UV jangka waktu yang panjang merupakan salah satu dari faktor risiko yang berhubungan dengan katarak. Paparan ini didasarkan pada beberapa faktor seperti kondisi lingkungan (ketinggian, geografis, tutupan awan) dan faktor personal (berapa lama dan sifat aktivitas di luar). Lensa kontak dengan Penahan UV membantu melindungi dari bahaya radiasi UV. Akan tetapi studi klinis belum dilakukan untuk menunjukkan pemakaian lensa kontak UV mengurangi risiko terjadinya katarak atau gangguan mata yang lain. Berkonsultasi dengan *Eye Care Professional* anda untuk informasi yang lebih lengkap.**

*Eye Care Professional* anda akan menentukan masa pakai anda (berapa jam anda dapat memakai lensa kontak setiap hari). Apabila di resepkan untuk pemakaian harian, lensa kontak harus di buang setiap kali lensa dilepas.

### **KONTRAINDIKASI**

JANGAN MENGGUNAKAN LENSA apabila anda mempunyai kondisi yang berikut ini:

- Peradangan atau infeksi di dalam atau sekitar mata atau kelopak mata.
- Penyakit mata, cedera atau abnormalitas pada kornea, konjungtiva atau kelopak mata.
- Kondisi terdiagnosis sebelumnya yang membuat pemakaian lensa kontak tidak nyaman.
- Mata kering yang parah.
- Kepekaan kornea yang menurun.
- Penyakit sistemik yang mempengaruhi mata atau diperburuk dengan pemakaian lensa kontak.
- Reaksi alergi pada permukaan mata atau jaringan sekeliling yang dapat dipicu atau diperburuk dengan pemakaian lensa kontak atau penggunaan cairan lensa kontak.
- Infeksi kornea yang aktif.
- Bila mata merah atau iritasi.
- Iritasi mata yang disebabkan reaksi alergik terhadap bahan dalam cairan perawatan lensa kontak (misal. tetes pelembab) Cairan ini mungkin mengandung bahan kimiawi atau pengawet (seperti air raksa atau thimerosal) dimana ada sejumlah orang yang mengalami respon alergi.

### **PERINGATAN**

*Apa yang harus diketahui tentang pemakaian lensa kontak:*

**MASALAH MATA TERMASUK ULKUS KORNEA DAPAT TERJADI SECARA CEPAT DAN BERTAMBAH PARAH SEHINGGA MENYEBABKAN HILANGNYA PENGLIHATAN. JIKA ANDA MENGALAMI GEJALA:**

- Mata tidak nyaman.
- Mata sangat berair.
- Perubahan penglihatan.
- Kehilangan penglihatan.
- Mata merah, atau
- Masalah mata yang lain.

### **ANDA HARUS SEGERA MELEPASKAN LENSA DAN BERKONSULTASI DENGAN EYE CARE PROFESSIONAL ANDA**

- Apabila diresepkan untuk pemakaian harian (*Eye Care Professional* akan mengarahkan anda untuk melepaskan dan membuang lensa anda setiap kali dilepas dan pada akhir hari), Anda harusnya tidak tidur dengan memakai lensa kontak. Studi klinis menunjukkan risiko masalah mata yang parah ketika tidur dengan memakai lensa kontak.<sup>1</sup>
- Studi menunjukkan pemakai lensa kontak yang perokok mempunyai permasalahan mata yang lebih tinggi dibanding mereka yang tidak perokok.
- Masalah dengan lensa kontak atau produk perawatan lensa dapat mengakibatkan cedera yang serius pada mata.
- Cara penggunaan dan perawatan lensa kontak serta produk perawatan yang benar, termasuk wadah lensa adalah penting untuk keamanan penggunaan produk-produk ini.
- Masalah penyakit mata yang parah secara keseluruhan dapat dikurangi dengan mengikuti instruksi perawatan lensa.

<sup>1</sup>New England Journal of Medicine, September 21, 1989; 321 (12), pp. 773-783

### **Instruksi penggunaan dan peringatan khusus**

- **Aktifitas Air:**

**Instruksi Penggunaan:** Jangan terpapar air ketika memakai lensa kontak.

**Peringatan:** Air adalah sumber mikroorganisme yang dapat menyebabkan infeksi parah, penglihatan hilang atau kebutaan. Jika lensa anda terpapar air ketika aktivitas sports air atau berenang di kolam atau laut, mandi di tub panas, Anda harus membuang lensa yang dipakai dan menggantinya dengan lensa yang baru. Berkonsultasi dengan *Eye Care Professional* anda untuk rekomendasi pemakaian lensa selama aktivitas yang berhubungan dengan air.

### **PERHATIAN**

**Untuk kesehatan mata anda**, penting sekali mengikuti cara penanganan, pemasangan, pelepasan dan pemakaian lensa dan juga apa yang sudah diresepkan oleh *Eye Care Professional* anda (**Lihat “Penanganan dan Pemasangan Lensa”**).

#### **Perhatian Umum:**

- Bila anda memakai lensa kontak untuk mengoreksi presbiopia dengan cara monovision atau multifocal, Anda  **mungkin tidak**  akan mendapatkan tajam penglihatan yang terbaik, baik itu jarak

jauh atau jarak dekat. Persyaratan penglihatan berbeda dari individu ke individu. Jadi *Eye Care Professional* anda akan mempertimbangkan jenis lensa kontak yang paling tepat untuk anda.

- **Selalu** hubungi *Eye Care Professional* anda sebelum menggunakan obat-obatan pada mata anda
- **Perhatikan** bahwa Obat-obatan, seperti antihistamin, dekongestan, diuretik, obat relaksan otot, obat penenang dan obat lain untuk mabuk jalan dapat menyebabkan mata kering, lensa lebih mengganjal (terasa lensa dalam mata) atau penglihatan buram. Selalu konsultasikan dengan *Eye Care Practitioner* jika anda mengalami masalah dengan lensa anda selama anda sedang menjalani pengobatan.
- **Perhatikan** bahwa apabila anda menggunakan Pil KB, penglihatan anda atau tingkat kenyamanan dalam pemakaian lensa dapat berubah.
- **Jangan** merubah jenis atau parameter lensa (misalnya merek, diameter, *base curve*, kekuatan lensa) tanpa berkonsultasi dengan *Eye Care Professional*.
- **Selalu** memiliki sepasang kacamata fungsional dengan ukuran terbaru untuk digunakan jika Anda menjadi tidak dapat memakai lensa kontak, atau dalam keadaan di mana pemakaian lensa kontak tidak disarankan.
- Seperti lensa kontak lain, konsultasi lanjutan diperlukan untuk memastikan kesehatan mata yang terus menerus. Tanyakan pada *Eye Care Professional* anda mengenai rekomendasi konsultasi lanjutan.

#### **Siapa yang harus mengetahui anda seorang pemakai lensa kontak**

- **Beritahu** semua dokter anda bahwa anda seorang pemakai lensa kontak.
- **Selalu** beritahu pemberi kerja atau atasan anda bahwa anda seorang pemakai lensa kontak. Ada sejumlah pekerjaan yang mungkin memerlukan alat pelindung mata atau mungkin tidak diperbolehkan memakai lensa kontak.

#### **KEJADIAN YANG TIDAK DIINGINKAN**

##### **KEMUNGKINAN PERMASALAHAN PEMAKAIAN LENSA**

**Sadarilah bahwa masalah-masalah berikut dapat terjadi ketika anda memakai lensa kontak dan mungkin atau tidak mungkin berhubungan dengan gejala-gejala yang berikut ini:**

- Mata anda terasa panas, pedih dan/atau gatal.
- Tingkat kenyamanan berkurang.
- Mungkin terasa ada sesuatu pada mata (benda asing, area yang luka).
- Bengkak dan radang pada mata atau sekitar mata.
- Mata merah.
- Penyakit pada kelopak mata.
- Mata berair dan/atau sekret mata yang tidak biasanya.
- Penglihatan yang buruk.
- Penglihatan yang buram.
- Terlihat seperti pelangi atau halos sekeliling objek.
- Sensitivitas terhadap cahaya (fotofobia)

Bila ada gejala yang seperti ini, kondisi mata yang serius mungkin terjadi. Anda harus **segera berkonsultasi dengan *Eye Care Professional* anda**, agar masalah teridentifikasi dan diobati, bila perlu dan untuk menghindari masalah mata yang lebih serius.

#### **Mengenal Masalah dan Apa yang harus dilakukan**

Anda dapat melakukan 3 bagian pemeriksaan sederhana paling sedikit sekali dalam satu hari. Tanyakan kepada diri sendiri:

- Bagaimana lensa di mata saya?
- Bagaimana dengan mata saya?
- Apakah saya dapat melihat dengan baik?

Jika anda ada masalah dengan ini, anda harus **SEGERA LEPASKAN LENSA ANDA**. Jika tidak nyaman atau masalah berhenti setelah lensa dilepas, anda harus buang lensa anda dan menggantikan dengan yang baru. Jika setelah memasang lensa yang baru, masalah masih terjadi, **SEGERA LEPASKAN LENSA ANDA DAN BERKONSULTASI DENGAN *EYE CARE PROFESSIONAL* ANDA**.

#### **PENANGANAN LENSA DAN PEMASANGAN**

**Untuk kesehatan mata anda**, penting sekali mengikuti penanganan, pemasangan, pelepasan. Anda harus mengikuti prosedur perawatan yang sudah direkomendasikan *Eye Care Professional* Anda. Jika Anda tidak atau tidak dapat selalu mengikuti prosedur perawatan yang disarankan, sebaiknya Anda tidak mencoba memakai lensa kontak.

Apabila anda baru pertama kali memakai lensa kontak, pastikan anda dapat memakai dan melepaskan lensa kontak (atau seseorang yang dapat melepaskan lensa kontak anda) sebelum meninggalkan tempat *Eye Care Professional*.

### **Langkah 1: Persiapan lensa untuk dipakai**

Perlu sekali anda belajar dan menggunakan metode kebersihan yang baik dalam perawatan dan penanganan lensa baru anda. Kebersihan merupakan aspek pertama dan yang paling penting dalam perawatan dan penanganan lensa yang teratur. Khususnya, tangan anda harus bersih dan bebas dari benda-benda asing ketika menangani lensa anda.

Sebelum anda mulai:

- Selalu cuci tangan anda dengan sabun ringan, bilas dengan baik dan keringkan dengan handuk sebelum menangani lensa. **Jangan menyentuh lensa kontak anda bila tangan belum bersih sempurna, karena baret halus dapat terjadi sehingga menyebabkan penglihatan yang tidak jelas dan luka pada mata**
- Hindari penggunaan sabun yang mengandung krim, pelembab atau kosmetika sebelum menangani lensa karena bahan-bahan ini dapat menempel pada lensa dan mengganggu keberhasilan pemakaian. **Jangan sampai terkena kosmetik, lotion, sabun, pewangi atau spray rambut pada mata atau lensa anda. Paling baik memakai lensa kontak sebelum make up.**

Mulai yang benar dengan selalu membiasakan diri melakukan prosedur kebersihan yang teratur supaya menjadi kebiasaan.

### **Langkah 2: Membuka Kemasan**

Selalu pastikan parameter lensa (mis. Diameter (DIA), *Base Curve* (BC), *Diopter* (D), dll.) yang tercetak pada *multi-pack* dan pada kemasan lensa individu sesuai dengan resep Anda. JANGAN gunakan bila ada ketidakcocokan.

#### ***Multipack***

Setiap *multi-pack* terdiri dari lensa yang dikemas secara tersendiri. Setiap lensa dikemas dalam kemasan tersegel yang mengandung larutan *borate buffered saline* dengan *povidone* atau dengan *methyl ether cellulose*. Kemasan ini didesain sedemikian rupa guna menjaga keseterilan lensa sepanjang kemasan masih tersegel.

#### **Kemasan Lensa: Jangan gunakan bila kemasan sudah terbuka atau rusak**

Untuk membuka kemasan lensa, ikuti step sederhana berikut ini:

1. Kocok kemasan lensa dan periksa apakah lensa terapung dalam cairan.
2. Buka *foil* kemasan untuk mendapatkan lensa. Dengan mengstabilkan kemasan di meja, anda akan mengurangi kemungkinan terjadi percikan air.
3. Dengan perlahan, sentuh dan ambil lensa dari sisi kemasan lensa dengan jari.

#### **JANGAN menggunakan pinset atau alat lainnya untuk mengeluarkan lensa dari wadah lensa.**

Kadang-kadang, lensa dapat menempel pada sisi dalam *foil* ketika dibuka, atau pada kemasan plastik. Hal ini tidak mempengaruhi sterilitas lensa dan masih aman dipakai. Ambil lensa dengan hati-hati dan periksa lensa sesuai dengan instruksi penanganan.

#### **Tips penanganan lensa**

- Menangani lensa kontak dengan ujung jari dan hindari kontak dengan kuku jari. Biasakan kuku selalu pendek dan licin.
- Ciptakan kebiasaan untuk selalu menangani lensa yang sama untuk menghindari kesalahan dalam mengambil lensa.
- Setelah mengambil lensa dari kemasan, periksa untuk melihat apakah lensa lembab, bersih, tidak sobek. Jika lensa terlihat rusak, jangan pakai lensa.

### **Langkah 3: Pemasangan Lensa Pada Mata**

#### **Ingat, selalu mulai dengan mata yang sama**

Setelah kemasan dibuka, ambil dan periksa lensa, dan ikuti step berikut ini untuk memasang lensa pada mata:

1. Pastikan lensa tidak terbalik dengan mengikuti prosedur berikut:
  - Letakan lensa pada ujung jari telunjuk anda dan periksa profilnya. Lensa harus dalam bentuk alaminya, seperti mangkok. Jika tepi lensa seperti mengarah ke luar, maka lensa terbalik.
  - Metode lain adalah dengan menekan lensa antara ibu jari dan jari telunjuk. Tepi lensa harus mengarah ke dalam. Jika lensa terbalik, tepi lensa akan sedikit mengarah ke luar. **ATAU**
  - Letakan lensa pada jari telunjuk, cari tanda 1-2-3. Tanda 1-2-3 adalah indikasi lensa sudah benar. Jika lensa terbalik (tanda terbalik 1-2-3), balikkan lensa dan lihat apakah tanda sudah benar. Perhatian: Tidak ada tanda 1-2-3 pada 1-DAY ACUVUE® MOIST Brand Contact Lenses for ASTIGMATISM with LACREON® atau 1-DAY ACUVUE® DEFINE® with LACREON® atau ACUVUE® OASYS Brand Contact Lenses with HydraLuxe® for ASTIGMATISM.

2. Letakkan lensa kontak pada ujung jari telunjuk Anda. Gunakan jari Anda untuk menarik dan menahan kelopak mata atas agar mata tidak berkedip.
3. Tarik kelopak mata bawah ke arah bawah dengan menggunakan jari tengah dari tangan yang memegang lensa.
4. Dengan perlahan, pasang lensa kontak pada bagian hitam mata.
5. Lahan lepaskan kelopak mata Anda dan tutup mata Anda untuk sesaat.
6. Kedip beberapa kali agar lensa di posisi tengah.
7. Gunakan teknik yang sama bila memakai lensa untuk mata kiri.

Terdapat beberapa metode pemakaian lensa. Jika metode di atas sulit bagi anda, *Eye Care Professional* akan mengajari metode yang lain.

#### **Langkah 4: Pemeriksaan lensa**

Setelah lensa berhasil dipasang pada mata, anda harus bertanya kepada diri sendiri:

- Apakah saya melihat dengan baik?
- Bagaimana lensa terasa di mata saya?
- Bagaimana tampilan mata saya?

Jika setelah lensa dipakai, penglihatan anda buram, periksa yang berikut ini:

- Lensa tidak di tengah, (Lihat Langkah 5: Penempatan Lensa)
- Jika lensa berada ditengah, lepaskan lensa dan periksa yang berikut ini:
  - ❖ Kosmetika atau lemak pada lensa. Lensa harus dibuang dan pasang lensa yang baru.
  - ❖ Lensa dipakai pada mata yang salah.
  - ❖ Lensa terbalik sehingga tidak nyaman seperti yang normal.

Jika anda mendapati penglihatan anda masih buram setelah anda periksa kemungkinan-kemungkinan di atas, lepaskan kedua lensa dan berkonsultasi dengan *Eye Care Professional* Anda

**Perhatian:** Jika lensa tidak se-nyaman seperti yang baru pertama kali anda pakai atau lensa terasa sangat tidak nyaman setelah dipakai, lepaskan lensa segera dan hubungi *Eye Care Professional* anda. Jika pemeriksaan mata dan lensa anda menunjukkan masalah lain, **SEGERA LEPASKAN LENS ANDA DAN HUBUNGI EYE CARE PROFESSIONAL ANDA.**

#### **Langkah 5: Menempatkan lensa di tengah**

Lensa yang berada pada kornea (bagian tengah mata), jarang bergeser ke bagian putih mata selama pemakaian. Akan tetapi, hal ini dapat terjadi bila prosedur pemakaian dan pelepasan tidak dilakukan dengan baik. Untuk memposisikan lensa ditengah, ikuti salah satu dari metode ini:

- Tutup mata dan perlahan pijit lensa sampai lensa kembali ke tengah dengan mata tertutup.  
**ATAU**
- Dengan mata terbuka, perlahan dorong lensa yang tergeser ke tengah mata dengan menggunakan tekanan jari pada tepi kelopak mata atas atau bawah.

#### **PEMAKAIAN LENS**

Sepanjang pemakaian lensa, perhatikan hal penting yang berikut ini:

**Lensa Kosmetik dan Gejala Penglihatan:** Lensa kontak yang berwarna dapat meneruskan lebih sedikit cahaya daripada lensa non-kosmetik. Karena itu, Anda mungkin mengalami beberapa gejala penglihatan saat memakainya. (misalnya melihat pola lensa dalam penglihatan tepi Anda).

**Kondisi bahaya:** Jika produk aerosol seperti semprotan rambut digunakan saat memakai lensa kontak, hati-hati dan tetap tutup mata sampai semprotan selesai. **Hindari** semua uap dan asap yang berbahaya atau yang membuat mata iritasi selama memakai lensa. **Jangan** bilas lensa menggunakan air keran. Air keran mengandung kotoran yang dapat mengkontaminasi atau membahayakan lensa anda dan dapat menyebabkan infeksi atau cedera mata.

**Aktivitas Olahraga Air:** Jangan terpapar air ketika memakai lensa kontak

**Cairan tetes pelembab:** *Eye Care Professional* anda akan merekomendasikan cairan tetes pelembab. Cairan ini digunakan untuk melembabkan lensa anda. **Jangan** menggunakan air liur atau segala sesuatu di luar rekomendasi untuk melembab atau membasahi lensa. **Jangan** bilas lensa anda dengan air PAM. Ada dua alasan untuk ini: 1. Air PAM mengandung zat berbahaya yang dapat mengkontaminasi atau merusak lensa sehingga dapat terjadi infeksi atau cedera pada mata anda. 2. Lensa anda dapat hilang karena terbawa air.

**Pemakaian Bersama:** **Jangan** membiarkan orang lain memakai lensa anda. Lensa anda sudah diresepkan sesuai dengan mata anda dan untuk mengoreksi penglihatan anda. Saling memakai lensa meningkatkan risiko infeksi mata.

**Mengikuti Masa Pakai dan Masa Ganti:** Jangan memakai lensa anda melebihi batas waktu yang disarankan oleh *Eye Care Professional/optisien* anda. **Selalu** buang lensa yang telah dipakai sesuai dengan anjuran *Eye Care Professional* anda.

### **PELEPASAN LENSA**

**PERHATIAN:** Selalu pastikan lensa berada ditengah mata sebelum mencoba melepaskan lensa itu. Anda dapat menentukan ini dengan menutup mata sebelah dan jika penglihatan buram, lensa itu ada di bagian putih mata atau sudah tidak ada di mata. Untuk mencari lensa, periksa bagian atas mata dengan melihat pada cermin dengan menarik ke atas kelopak mata atas. Kemudian periksa bagian bawah dengan menarik ke bawah kelopak mata bawah. **Selalu lepaskan lensa yang sama terlebih dahulu.**

1. Cuci tangan anda dengan sabun dan keringkan. Anda harus mengikuti metode yang disarankan pratisi lensa kontak/optisien anda. Di bawah ini merupakan satu contoh metode:

#### ***Metode Cubit***

Langkah 1. Lihat ke atas dan dengan perlahan geser lensa kontak ke arah bawah dengan jari telunjuk.

Langkah 2. Dengan perlahan, tekan/cubit lensa kontak di antara ibu jari dan telunjuk

Langkah 3. Lepaskan lensa tersebut.

2. Ikuti petunjuk pada langkah selanjutnya. "Perawatan Lensa Anda".

**Catatan:** Untuk kesehatan mata Anda, penting agar lensa bergerak bebas di mata Anda. Jika lensa menempel (berhenti bergerak) pada mata Anda, oleskan beberapa tetes larutan *rewetting* yang direkomendasikan. Tunggu hingga lensa mulai bergerak bebas pada mata sebelum melepaskannya. Jika non-pergerakan lensa berlanjut, Anda harus segera berkonsultasi dengan *Eye Care Professional* Anda.

### **PERAWATAN LENSA ANDA**

Ingat, tidak ada pembersihan atau desinfeksi yang diperlukan untuk lensa anda ketika lensa diresepkan untuk pemakaian harian. Selalu buang lensa ketika lensa dilepas dan diganti dengan lensa lain atau kacamata yang tersedia.

Catatan: Jika metode melepaskan lensa sulit untuk anda, tanya *Eye Care Professional* anda untuk metode alternatif.

### **DARURAT**

Jika mata anda terpercik dengan bahan kimiawi apa pun (produk rumah tangga, cairan tanaman, cairan kimia dari laboratorium dll): **BILAS/SIRAM MATA ANDA SEGERA DENGAN AIR PAM DAN SEGERA LEPASKAN LENSA. BERKONSULTASI DENGAN EYE CARE PROFESSIONAL ATAU MASUK KE UNIT DARURAT RUMAH SAKIT DENGAN SEGERA.**

### **INSTRUKSI UNTUK PASIEN PRESBIOPIA (MONOVISION / MULTIFOCAL)**

Keputusan untuk dipasang koreksi monovision atau multifocal paling tepat diputuskan antara *Eye Care Professional* anda, setelah mempertimbangkan dan membahas kebutuhan anda.

©Johnson & Johnson Vision 2022  
Diterbitkan di Indonesia  
Tanggal Revisi 10/2022