

装用スケジュール

- 眼科医から指示された装用スケジュールに従いましょう。
- コンタクトレンズ装用初日は 6 時間前後の装用で、翌日から 2 時間ずつ延長し、1 週間目から終日装用(1 日 12~14 時間)をしましょう。
- 指示された装用時間内であっても、無理して装用しないようにしましょう。
- 寝る前には必ずコンタクトレンズをはずしましょう。
- 1 ヶ月以上装用を中止した場合は必ず眼科医の検査を受けましょう。
- 1 ヶ月未満装用を中止した場合は今までの半分の時間からスタートし、徐々に毎日 2 時間ずつ延長しましょう。

装用サイクル

1 日使い捨てレンズ

- 使用期限を守り、毎日新しいコンタクトレンズと交換しましょう。
- 目からはずしたコンタクトレンズは再使用ないようにしましょう。
- 使用したコンタクトレンズは確実に破棄しましょう。
- 寝る前には必ずコンタクトレンズをはずしましょう。

定期検査

- 調子良く装用していても、気付かないうちにコンタクトレンズに傷や汚れがついていたり、目に障害が起きている可能性があるので、眼科医の指示した定期検査は必ず受けましょう。
- 定期検査の際は、コンタクトレンズを装用した状態を見るので、コンタクトレンズを装用して来院しましょう。
- 目やコンタクトレンズに少しでも異常を感じた時は、次回の定期検査を待たずにすぐに眼科医に相談しましょう。

目薬の使用

- 眼科医が指示した目薬をさしましょう。
- 目が乾いたときは涙に近い成分(人工涙液)の目薬をさしましょう。

調子が悪い時の対応

- コンタクトレンズ装用直後
 - ・ 異物感があるとき
 - コンタクトレンズの表裏が入れまちがえていないかを確認しましょう。
 - コンタクトレンズに汚れがついていないかを確認しましょう。
 - コンタクトレンズの破損や傷がないかを確認しましょう。
 - 視力低下があるとき
 - コンタクトレンズの左右の入れまちがいがいいかを確認しましょう。
- コンタクトレンズ装用中
 - ・ 異物感・視力低下があるとき
 - コンタクトレンズや目が乾燥していないかを確認しましょう。
 - コンタクトレンズの汚れが付着していないかを確認しましょう。
 - コンタクトレンズが変形していないかを確認しましょう。
 - 鏡を見て、目に異常(白目の充血、黒目の濁りなど)がないかを確認しましょう。