

Door ouders en tieners veelgestelde vragen over lensdragen.

Sarah Morgan, UK optometriste, beantwoordt de door ouders en tieners meest gestelde vragen over het dragen van lenzen.

1. Zijn contactlenzen veilig?

Lenzen zijn veilig indien er op een hygiënische manier mee wordt omgesprongen en indien ze volgens de gebruiksinstructies worden onderhouden en verzorgd. Voor jonge, actieve mensen kunnen lenzen veel praktischer zijn in verschillende situaties. Lenzen zullen bvb. niet beslaan wanneer sporten zoals voetbal, basketbal of atletiek worden beoefend. Zij blijven ook keurig op hun plek zitten in tegenstelling tot een bril, die kan verschuiven wanneer je veel beweegt. Indien de sport die je beoefent het dragen van een veiligheidsbril vereist, bvb bij squash, kan het makkelijker zijn deze over lenzen heen te dragen dan over een bril.

2. Zijn lenzen comfortabel?

Moderne contactlenzen werden ontworpen om erg comfortabel te zitten, het oog vochtig te houden en heel veel zuurstof door te laten. Je contactlensspecialist zal je ogen zorgvuldig controleren om er zeker van te zijn dat de lenzen goed passen voor een prima comfort en visus. Eens je het onder de knie hebt om je lenzen aan te brengen zal je nauwelijks merken dat je ze draagt. Lenzen die meer dan één keer worden gedragen, moeten correct worden verzorgd met het aanbevolen reiniging - en desinfectiesysteem. Voor diegenen die het ultieme gemak wensen zijn daglenzen ideaal, omdat je ze eenvoudig weggooit aan het eind van de dag en de volgende dag een nieuw paar aanbrengt.

3. Is het lastig om lenzen aan te brengen?

De eerste keer dat je lenzen gaat dragen zal dat voor jou worden gedaan, zodat je eerst het comfort en de uitstekende visus die lenzen je geven kan ervaren. Het is begrijpelijk dat velen denken dat het hanteren van de lenzen een hele uitdaging is. Het leren van een techniek om lenzen aan te brengen en te verwijderen lijkt op het leren van om het even welke nieuwe vaardigheid en de contactlensspecialist zal de vereiste tijd spenderen om je die techniek eigen te maken. Al heel snel wordt dit een onderdeel van je dagelijkse routine, net als tanden poetsen.

4. Hoeveel zorg moet men aan lenzen spenderen?

Modern contactlensonderhoud is heel eenvoudig. Daglenzen hebben al helemaal geen onderhoud nodig: na elke draagperiode gooi je ze weg en je start de volgende keer gewoon met een nieuw, schoon en fris paar. De populairste methode om lenzen die hergebruikt worden te verzorgen is met één enkele flacon alles-in-een vloeistof en een lenshouder. De lenzen worden gereinigd, gespoeld, bewaard en gedesinfecteerd met eenzelfde vloeistof.

5. Kan een lens achter mijn oog komen?

Dit is een door nieuwe dragers veelgestelde vraag. Lenzen kunnen nooit achter het oog komen, omdat er een vlies zit tussen het voorste, zichtbare deel van het oog en de achterkant. Dit membraantje vormt een natuurlijke barrière.

6. Wat als ik een lens verlies of scheur?

Voor je een lens aanbrengt, dien je steeds goed te controleren of de lens in perfecte staat is: ze mag geen scheurtjes of hapjes uit de rand vertonen. Een beschadigde lens dient weggegooid te worden en vervangen door een nieuwe. Het is zeker aanbevolen om steeds een paar reservelenzen bij te hebben. Je ouders kunnen het beste ook zelf enkele lenzen op voorraad houden. Zo zijn er geen onaangename verrassingen als plots blijkt dat je geen reservelenzen meer hebt of vergat tijdig een nieuw doosje te bestellen.

7. Wat gebeurt er indien ik ze vergat uit te nemen, of in slaap val met de lenzen nog in?

Niet alle lenzen zijn geschikt om 's nachts door te dragen. Je contactlensspecialist kan je vertellen of jij je lenzen al dan niet kan doordragen. Indien je per toeval voor een korte tijd even indut, probeer dan niet meteen de lenzen uit te nemen bij het openen van je ogen. Mogelijk zijn je ogen droog en beweegt de lens heel wat minder. Wacht gewoon een kwartiertje zodat je ogen de kans krijgen om het vochtgehalte van de lens te herstellen en neem de lenzen dan uit.

8. Kan ik ook lenzen dragen indien ik astigmatisme heb of heel sterke brilglazen?

Ja - moderne contactlenzen zijn beschikbaar voor uiteenlopende correctiebehoeften. Contactlenzen voor astigmatisme worden "torische" lenzen genoemd. De meeste snelvervanglenzen (daglenzen, maandlenzen) kunnen heel wat visuele correctiebehoeften dekken.

9. Krijg ik een ooginfectie door elke dag wat in- en uit mijn oog te halen?

Zolang je op een correcte manier goed voor je lenzen zorgt, steeds je handen wast voor je de lenzen aanraakt en zowel de gebruiksinstructies van de contactlensspecialist als van de fabrikant nauwgezet volgt, zal je de kans op een ooginfectie aanzienlijk reduceren. Hygiëne dient heel ernstig te worden genomen bij het dragen van lenzen. Handen wassen met antibacteriële zeep en afdrogen met een schone handdoek zijn fundamentele stappen voor lenzen worden aangebracht of verwijderd. Dit geldt ook voor daglenzen. Daglenzen zitten steriel verpakt in een zgn. "blistertje", maar eens ze worden aangeraakt kunnen ze onder de bacteriën gaan zitten indien je je handen niet fatsoenlijk wast. In het geval je herbruikbare lenzen hebt (zoals maandlenzen), dienen deze volgens de aanbevolen methode gereinigd en gedesinfecteerd te worden. Bovendien dient de lenshouder geregeld vervangen te worden.

10. Hoe begin ik met lenzen dragen?

Vraag je contactlensspecialist eenvoudigweg of je een keertje mag proberen. Je contactlensspecialist zal je al de opties die beantwoorden aan jouw behoeften uitleggen en je de nodige adviezen verstrekken. Vele contactlensbedrijven beschikken over starter kits, zoals bvb CIBA VISION DAILIES.