

## Conseils et bonnes pratiques

- Se laver les mains avec du savon et les sécher avant chaque contact avec les yeux ou les lentilles
- Les lentilles ortho-K sont portées exclusivement la nuit, environ 6 à 9 heures
- Les lentilles ortho-K sont reconnaissables par leur couleur. En principe, la droite est violette et la gauche est bleue.
- Ne pas mettre les lentilles ou l'étui en contact avec de l'eau du robinet ou avec de la salive
- Conserver les ventouses et l'étui dans un endroit propre
- Changer le produit d'entretien de l'étui tous les jours
- Ne jamais transvaser les produits d'entretien dans d'autres flacons
- Renouveler la ventouse tous les 3 mois et l'étui à chaque ouverture d'un nouveau flacon de produit
- Le choix des produits d'entretien fait partie intégrante de l'adaptation. Ne pas modifier la marque ou le type de produit sans l'accord de l'optométriste
- Si une lentille est ébréchée, fissurée ou cassée, ne plus la porter et consulter l'optométriste
- Ne pas porter les lentilles en cas d'infection ou de forte fièvre
- Si un œil est rouge, douloureux, larmoyant ou anormalement différent, retirer la lentille et consulter d'urgence un-e ophtalmologue
- Il est impératif de faire un contrôle tous les 6 mois et de renouveler les lentilles tous les 12 mois

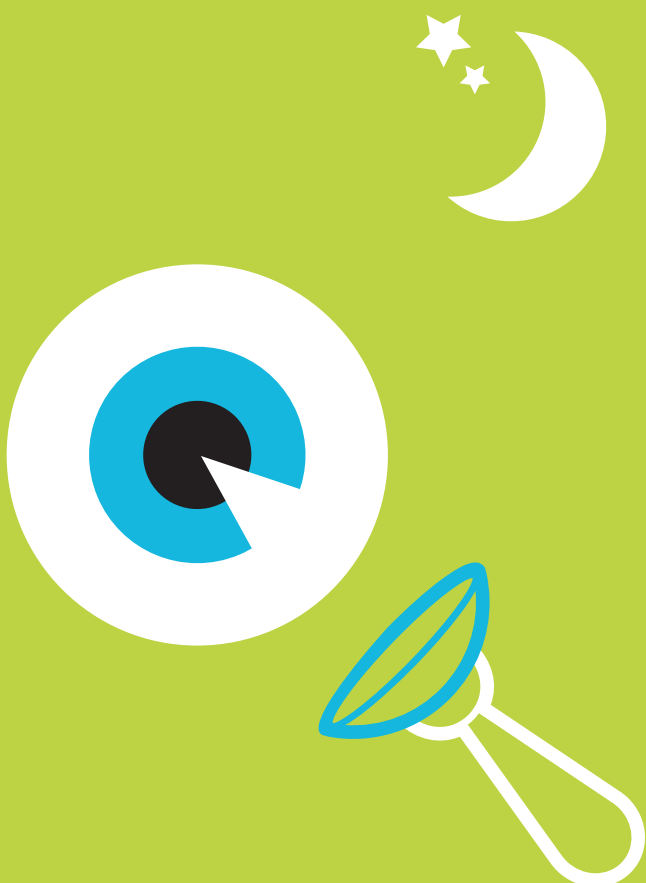


**Hôpital ophtalmique  
Jules-Gonin**

Service universitaire d'ophtalmologie  
Fondation Asile des aveugles

Avenue de France 15 • cp 5143 • 1002 Lausanne  
Tél. +41 21 626 87 24  
contactologie@fa2.ch • www.ophtalmique.ch

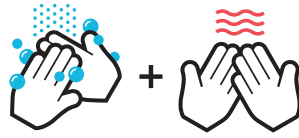
Décembre 2020 - 2305.INF.150



**Comment  
manipuler les lentilles  
de port nocturne  
ortho-K**

## Poser la lentille au coucher

1. Laver soigneusement les mains avec du savon et bien les sécher



2. Poser un miroir à plat

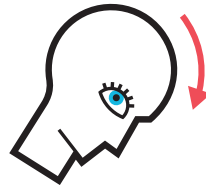
3. Sortir la lentille de son étui



4. Poser la lentille sur l'index

5. Remplir la lentille à ras bord de sérum physiologique ou de larmes artificielles sans conservateur

6. Pencher la tête en avant face au miroir. Tenez la paupière inférieure avec le majeur de la même main et la paupière supérieure avec l'index de l'autre main

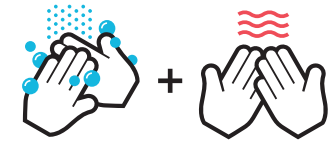


7. Placez la lentille sur l'œil. Après la pose, contrôler dans le miroir qu'aucune bulle ne se soit formée sous la lentille. Si une bulle est présente, il faut retirer la lentille et recommencer

8. Pour l'autre œil, reprendre les points 3 à 7

## Retirer la lentille au réveil

1. Laver soigneusement les mains avec du savon et bien les sécher



2. Instiller quelques gouttes de larmes artificielles dans les deux yeux et cligner quelques fois



3. Contrôler que la lentille soit mobile sur l'œil en la poussant avec l'index posé sur la paupière inférieure. Ne jamais retirer une lentille qui est ventousée sur l'œil. Si c'est le cas, il faut instiller encore des gouttes et patienter quelques minutes.

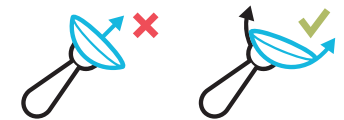
4. Humidifier le bout de la ventouse avec des larmes artificielles ou du sérum physiologique

5. Tirer les deux paupières et placer la ventouse sur le bord supérieur de la lentille



6. Retirer la lentille en faisant un mouvement de bascule vers le bas

7. Faire glisser délicatement la lentille de la ventouse. Ne jamais tirer brusquement la lentille



8. Nettoyer et désinfecter la lentille selon le protocole d'instruction propre à votre produit

9. Pour l'autre œil, reprendre les points 3 à 8