



## PERSBERICHT

Specsavers waarschuwt voor hoornvliesontsteking en ooginfecties

### 10 ZOMERSE TIPS VOOR LENSDRAGERS

Huizen, 16 juli 2015 – Het lijkt een open deur: slecht schoongemaakte lenzen zorgen voor een bron van bacteriën. Toch meldden oogartsen afgelopen mei dat er per jaar zo'n 500 mensen in het ziekenhuis belanden met hoornvliesontsteking, doordat zij hun zachte lenzen niet op de juiste manier schoon houden. Geen pretje, want een hoornvliesontsteking kan wazig zicht en zelfs blijvende oogschade tot gevolg hebben. Omdat de zomer bij uitstek een periode is waarin veel mensen contactlenzen dragen, komt Specsavers met 10 hygiëne tips.

#### 1. Schone handen = schone lenzen

Voordat je lenzen in- of uitdoet is het erg belangrijk je handen goed met zeep te wassen. Zo krijgen bacteriën geen kans. Gebruik bij het afdrogen altijd een schone handdoek.

#### 2. Gebruik alleen lenzenvloeistof

Het lijkt handig, je lens even op je tong leggen. Maar in je mond zitten veel bacteriën, die je liever niet op je lenzen en zeker niet in je ogen wilt hebben. Ook kalk en bacteriën in kraanwater kunnen jouw lenzen en lenzendoosje aantasten. Gebruik dus altijd de geadviseerde lenzenvloeistof. In het buitenland is het raadzaam om ook je lenzendoosje met de vloeistof af te spoelen.

#### 3. Lenzenvloeistof

Wanneer je lenzenvloeistof hebt gebruikt, verliest het zijn ontsmettende kracht. Gebruik daarom iedere dag schone vloeistof om je lenzen te reinigen en om in te bewaren. Sluit de fles lenzenvloeistof ook altijd goed af om te voorkomen dat de vloeistof wordt blootgesteld aan de buitenlucht. Verder staat op iedere fles een houdbaarheidsdatum vermeld. Meestal kan de vloeistof tot maximaal 3 maanden na opening worden gebruikt. Noteer daarom de datum waarop je de fles opende op de fles zelf, of zet een reminder in je telefoon. Dan weet je wanneer je lenzenvloeistof aan vervanging toe is. Lenzenvloeistof moet op een plek bewaard worden waar het tussen de 4 en 25 graden Celsius is. Denk hier dus aan als je naar een warm land op vakantie gaat. Of kies voor daglenzen, die je na een dag weggooit. Giet de vloeistof ook niet over in een ander flesje. De steriliteit kan dan verloren gaan.

#### 4. Lenzendoosje

Vervang je lenzendoosje zodra je toe bent aan een nieuwe fles lenzenvloeistof. Daarmee verminder je het risico op besmetting. Spoel je lenzendoosje daarnaast elke dag met de geadviseerde vloeistof af en laat deze vervolgens ondersteboven op een schone handdoek aan de lucht drogen.

#### 5. Slaap niet met je lenzen in

De meeste contactlenzen zijn niet geschikt om mee te slapen. Wil je dit toch, overleg dan met jouw opticien over de mogelijkheden.



## **6. Vervang je lenzen op tijd**

Als je lenzen te lang gebruikt kunnen ze gaan irriteren en wordt het dragen minder comfortabel. Let goed op, want het kan zijn dat je ogen al geïrriteerd raken van de lenzen voordat je er echt last van krijgt. Houd je lenzen ook niet langer dan de aanbevolen tijd per dag in.

## **7. Lekker zwemmen? Beter zonder lenzen**

Hoe heerlijk het water ook is, het is nooit zo schoon als het eruit ziet. Doe daarom je lenzen uit of draag daglenzen als je echt niet zonder kan. Dan kan je na het zwemmen je lenzen weggooien.

## **8. Ga regelmatig naar een opticien**

Vind je gezonde ogen belangrijk? Laat dan regelmatig je ogen checken. Doe dit minimaal eens per jaar. Spreek een vaste controle af met je contactlensspecialist of opticien: hierdoor kun je klachten en ontstekingen vaak voorkomen!

## **9. Lenzen houden niet van lange nagels**

Heb je lange nagels? Let dan extra goed op bij het in- en uitdoen van je lenzen. Ze kunnen je lenzen beschadigen.

## **10. Geïrriteerde ogen? Doe dan geen lenzen in**

Zijn je ogen rood of geïrriteerd? Raadpleeg je opticien. Doe in geen geval je lenzen in, of haal ze, als je ze al in hebt, direct uit je ogen.

## **Over Specsavers**

Specsavers Opticiens heeft internationaal meer dan 1700 winkels, waarvan op dit moment 118 winkels in Nederland. De winkels worden geëxploiteerd op 50:50 joint-venture basis onder leiding van een lokale partner/directeur. De optieketen is van mening dat Nederlanders al jaren veel teveel betalen voor een scherpe blik. Met deze filosofie startte het bedrijf in 1997 ook in Nederland. Internationaal verkoopt Specsavers jaarlijks 17,5 miljoen brillen van een hoge kwaliteit tegen een lage prijs. De winkels worden geleid door minimaal volledig MBO of HBO gediplomeerde opticiens of optometristen, die uitgebreid oogonderzoek verrichten. Met diezelfde filosofie werd in 2007 gestart met de verkoop van hoorzorg in Nederland. Inmiddels biedt Specsavers in 122 plaatsen hoorzorg; in 111 winkels en op 11 servicepunten. In de UK is Specsavers Audiciens marktleider op het gebied van hoorzorg. Alle winkels worden geleid door volledig gediplomeerde StAr-geregistreerde audiciens, die de klant begeleiden bij een correcte hooraanpassing.

**- EINDE PERSBERICHT -**

Kijk voor meer informatie en beeldmateriaal op de Specsavers Newsroom via <http://nieuws.specsavers.nl/10-zomerse-tips-voor-lenzendragers>