

コンタクトレンズを正しく使いましょう！

コンタクトレンズは眼に直接のせて使用する医療機器です。視力の補正等の効果が得られる一方、レンズの取扱い方法やケアの方法を誤ると、角膜潰瘍などの重い眼障害につながる場合があります。

コンタクトレンズを安全に装用するために、必ず眼科医の指示に従い、使用製品の添付文書を熟読し、正しく取扱ってください。

コンタクトレンズの使用を開始する前に…



1. 眼科を必ず受診しましょう

- ・初めてコンタクトレンズを装用する時又はレンズの種類を変更する時は、レンズの装用が可能な眼の状態であるか確認し、眼の形状・状態にあったレンズを選ぶ必要があります。
このため、必ず眼科医の診察を受けてください。
- ・眼科医から、レンズの正しい取扱いやケアに関する指導も受けましょう。

2. 使用する製品の添付文書を熟読しましょう

- ・レンズ使用前に、必ず使用製品の添付文書をよく読んでください。
- ・添付文書の内容でわからないことがあれば、眼科医の説明を受け、よく理解した上で使用しましょう。
- ・添付文書は大切に保管し、必要時に、取扱い方法や注意事項などを確認できるようにしましょう。

レンズを適切に取扱うための基本情報として、添付文書から以下の点を確認しましょう。

✓ 使用製品は何日ごとに交換するのか（交換（装用）サイクル）

レンズのタイプによって交換サイクルが違いますので、必ず確認しましょう。

レンズタイプ	交換サイクル	レンズケア等
使い捨てレンズ	1日使い捨て	一度眼から外した後はレンズを捨て、 再使用しない製品です。 レンズケアは必要ありません。
	7日使い捨て	
頻回交換レンズ	2週間交換	眼から外した後、 レンズのケアを行いながら 継続使用する製品です。交換サイクルの期限がくればレンズを捨て、新しいレンズに交換します。
定期交換レンズ	1ヶ月交換	
	3ヶ月交換	
コンベンショナルレンズ	長期	レンズのケアを行いながら 長期間使い続ける製品です。

✓ レンズのケアはどうすればいいのか

レンズのタイプによってケアの方法も異なりますので、必要なレンズケア用品やケア方法を確認しましょう。

✓ レンズの着脱方法、着脱時の注意点は何か

- レンズの使用開始後は、裏面の注意事項を守りましょう -

コンタクトレンズの使用開始後は、眼科医の指示及び添付文書に従い正しく取扱ってください。特に、以下の点に留意してください。

1. 基本的な衛生管理

- ✓ 手指を石鹸等で洗い、清潔な手でレンズやケア用品を取扱いましょう。
- ✓ レンズを取扱う時は爪を短く滑らかにしましょう。

2. 装用前のレンズ点検

- ✓ 装用前にレンズに破損、キズ、汚れ等の異常がないか確認しましょう。
- ✓ 異常が見つかったレンズは使用しないでください。

3. レンズの装用に際しての注意点

(1) 装用スケジュール・装用時間

- ✓ 装用開始時や、装用を中断後に再開する場合は、眼科医から指示された装用スケジュールに従い使用してください。
- ✓ レンズの装用が可能な時間は個人差があります。眼科医から指示された装用時間を守りましょう。

(2) 交換サイクル

- ✓ **交換サイクルの期間を超えた使用はせず**、定期的に新しいレンズに必ず交換しましょう。
- ✓ 交換サイクルは実際に使用した日数（期間）ではなく、レンズパッケージを開封した日からの日数です。途中で使用しない日があっても、開封後に決まった日数が経過したら必ず交換しましょう。

(3) レンズケア（頻回交換レンズ、定期交換レンズ、コンベンショナルレンズを使用する場合）

- ✓ **添付文書及び眼科医の指示に従い、適切なケア用品を選択し、ケアの注意点を守りましょう。**
 - ・こすり洗いが必要なケア用品を使用する場合、**レンズ両面の十分なこすり洗い**を行ってください。
 - ・ソフトコンタクトレンズは水分を多く含み、細菌等が繁殖しやすいので、**毎日、洗浄に加え、消毒を正しく行う**ことが必要です。
- ✓ ケア用品の添付文書も必ず読んで使用してください。
- ✓ レンズケースは毎日洗い、自然乾燥させ、清潔に保つとともに、定期的に取り替えてください。



不適切なレンズケアは、レンズの汚れの蓄積や細菌等の繁殖をまねき眼障害の原因となります。

4. 眼の異常時の眼科受診

- ✓ レンズの装用開始後は、眼やに、充血、異物感、見え方の変化などがないか確認してください。
- ✓ **眼に異常を感じた場合は、レンズの装用を中止し、速やかに眼科医の診察を受けてください。**
- ✓ 万一、破損など異常のあるレンズを装用してしまった場合や、装用中にレンズが破損した場合には、直ちにレンズをはずし、痛みなどの自覚症状がなくとも必ず眼科を受診してください。

5. 定期検査

- ✓ **自覚症状がなくとも眼障害がおこっている場合があるので**、眼科医から指示された定期検査を受けてください。



眼に異常があるままレンズの装用を続けると、重篤な眼障害や失明につながる危険性があります。眼の健康のため、異常時の早期の受診、定期検査のための受診をしましょう。