

硬式高透氧隱形眼鏡鏡片

使用說明書

特別要注意的事項

- 隱形眼鏡或保養清潔用品在使用之前，請務必仔細閱讀使用明書，若有對內容不清楚時，向眼科醫師或專業人士詢問後，再使用。
- 請好好的閱讀保管使用說明書。

隱形眼鏡是直接接觸在眼睛的東西。如果隱形眼鏡或保養用品的使用方法錯誤時，有時會造成角膜潰瘍等的嚴重眼睛傷害，還有如果沒有治療，也會造成失明的可能。

為了安全的使用隱形眼鏡，必須仔細的閱讀使用說明書，並遵從眼科醫師或專業人士所指示的正確使用方法。

① 使用時間確實遵守

使用時間因個人而有所差別，請在眼科醫師或專業人士所指示的時間內使用，就寢時一定要取下。

② 遵守使用方法確實使用

鏡片或保養用品的使用發法如果錯誤時，會造成眼睛的傷害。鏡片或保養用品（特別是鏡片保存蓋子）要經常保持清潔，請遵守正確的使用方法。

③ 一定要接受定期檢查

沒有自覺症狀即使順利配戴，有時會造成鏡片或眼睛的傷痕，而發生眼睛的傷害。即使沒有異常，也要定期的接受眼科醫師或專業人士所指示的檢查。

④ 即使稍微感到異常，也要馬上去接受眼科醫師的檢查

每天戴鏡片之前，確認一下眼睛裡是否有眼屎、充血等情況，還有戴上鏡片之後，確認是否感到有異物，若稍微有這類的異常感覺時，請馬上接受眼科醫師的檢查。

注意事項前的符號是表示以下的事情

危險 如果不重視這個注意事項而錯誤的使用，就會有嚴重的眼睛傷害的可能性發生。

注意 如果無視於這個注意事項而錯誤使用的話，可能設想出會發生眼睛的傷害及鏡片的受損。

禁忌的例子（無法戴用鏡片之時）

如果有以下的症狀或症兆時，有時會由於戴用鏡片而使症狀惡化的情況出現，務必向眼科醫師詢問，並聽從指示。

- 眼睛受感染症
- 乾眼症
- 葡萄膜炎
- 眼皮的異常
- 無法保持良好的衛生狀態之時
- 角膜的知覺障害（因白內障而接受水晶體的摘出手術者除外）
- 由於戴用鏡片而影響眼睛或使眼睛惡化的危險性患者
- 因保養用品的成份而引起的過敏性症狀（界面活性劑、蛋白質分解酵素等）
- 其他、眼科醫師判定為不適配戴之時

定期檢查

定期檢查的時間表



每日很順利的配戴鏡片，而稍加不注意之時而讓鏡片有裂痕、污垢，都不適用於眼睛；還有，也會造成眼睛受傷的危險狀態，為了判斷是否能夠安全地持續使用鏡片，請一定要接受被指示的定期檢查。

為了要能夠接受適當的檢查，定期檢查請在購買鏡片的眼科，最起碼3個月檢查一次。務必遵守眼科醫師或專業人士的指示或定期檢查，更要仔細閱讀，並且常用這個使用說明書，而了解正確的使用方法。

使用時的注意

為了確保眼睛安全的注意事項

危險 使用時間務必聽從眼科醫師或專業人士的指示，正確的遵守	使用時間因每個人而有所不同，所以請務必聽從眼科醫師或專業人士所指示的時間內使用。
危險 要遵守本使用說明書上所記載的使用方法，並正確的使用。	使用方法錯誤時會造成眼睛的傷害，所以要遵從正確的使用方法，鏡片或附屬品更要經常的保持清潔。
危險 一定要定期的接受定期檢查	很順利的配戴隱形眼鏡，可是鏡片上若有肉眼看不清楚的污垢，甚至發生變形時，都會造成眼睛的傷害，所以為了眼睛和鏡片的安全性，持續性的定期檢查是非常重要的。
注意 只要稍微感覺到異常時，請馬上接受眼科醫師的檢查	請每日確認眼睛是否有眼屎、充血或異物等情況，如果有感到異常，請馬上接受眼科醫師的檢查。
危險 就寢時，一定要將鏡片取下	如果沒有眼科醫師的許可，請絕對不要連續使用。還有，洗澡或洗臉時，為了防止鏡片的掉落，盡可能的請先將鏡片取下。

危險 絕對不使用受到污染的鏡片，或有異物附著的鏡片	洗不乾淨的鏡片會呈現白而濁的情況，此時會造成各種污垢沾在鏡片上，如果這種情況下使用鏡片的話，是造成眼睛受傷的原因。
注意 使用鏡片時若要是上眼藥，必須聽從醫師的指示	使用鏡片時請不要點眼藥之類的，因為有時會讓鏡片產生不好的變化，如果一定要點眼藥時，請遵從眼科醫師的指示。

為了維持鏡片免受污染或破損的注意事項

危險 鏡片請小心的使用	鏡片只要有傷痕或裂痕，都變得無法使用。
注意 不要用紙、布、硬的東西或指甲擦鏡片	裂痕或沾上污垢不僅是使用的感覺不好，並且也讓眼睛疼痛，這也是鏡片的壽命縮短的原因。
注意 鏡片若掉落時，請不要用捏的撿起	把手指頭的前端弄濕，並輕輕地撿起掉落在地上或地板上的鏡片；此時，用力的壓鏡片的話會使鏡片的弧度曲線彎曲、破損而造成無法使用的因素。
注意 不要將鏡片放置於高溫地方	請不要將鏡片放置於大熱天的車內或高溫的地方，這會使鏡片變形而無法使用。
注意 請不要給鏡片有急速的溫度變化（例如：用熱水洗鏡片）	鏡片的材料若有裂痕的產生，就有破損的可能。
注意 請不要扭曲鏡片或用力按壓擠	這樣反而容易使鏡片有歪曲、裂痕的產生。
注意 請不要用長指甲或污垢的手指拿鏡片	裂痕或沾上污垢不僅是使用的感覺不好，並且也讓眼睛疼痛，這也是鏡片的壽命縮短的原因。
危險 不要讓鏡片沾上酒精、汽油、藥品及家庭用洗潔劑	如果擦不掉的話，會讓鏡片變形，萬一沾上時，馬上用專用的去污劑清洗，之後再到眼鏡店（眼科）詢問，鏡片是否還能使用。
危險 每日務必做到鏡片的清潔（保養）	每日懶於清潔鏡片的話，淚液中的蛋白質或油質就會凝固在鏡片的表面，鏡片的使用感或視力變不好會造成眼睛的傷害；所以，鏡片的保護請每日都要做到。

注意 拿鏡片時無意中太用力或是用力捏的拿鏡片，清洗時太用力等等都會造成鏡片的破損，所以在使用的時候請小心使用。

使用鏡片時的注意事項

注意 要確認戴上或取下的方法是否正確	如果不能正確的戴用、取下，這是使眼睛受損、鏡片破損、遺失有所關連。
注意 在動作下激烈的運動中，鏡片有時會移動	使眼睛急促的移動或受到強烈衝擊的運動時，易使鏡片移動或掉落，故請注意之。
危險 戴著鏡片時請不要用手揉眼睛	用手揉眼睛容易使鏡片移動或掉落，還有可能造成眼睛受傷的原因，所以請不要有此舉動。
注意 游泳或臉會碰水時，請將鏡片取下	鏡片因水而流失的可能性是有的。
危險 開車時若鏡片移動、脫落時，請馬上停止開車，重新戴好	有發生車禍的危險性。
注意 不要將鏡片的左、右弄反	左右是相同鏡片的時候是沒有問題的，但是如果度數不同時是會影響視力的，如果弄錯了就會變得看不清楚，若有感到異物時，容易使鏡片跑掉。

初期配戴易發生的症狀

使用初期的症狀和對策

小東西滾動、眼睛癢癢、眨眼的次數多、流淚、稍微充血、有時感到刺眼

像這樣的情況，因個人而有所差別，但是使用初期較容易發生，如果是正確的使用，就不用擔心發生這種情況。

鏡片掉落

掉落的地方不要亂動，再仔細的尋找。
鏡片有時會掉到洋裝上，請仔細的注意。

戴著鏡片睡著

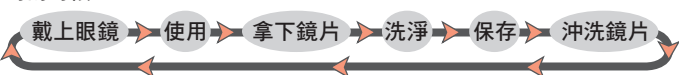
戴著鏡片睡著的話，會有眼睛充血、疼痛的情況，所以首先將鏡片取下，停止使用並接受眼科醫師的治療。

配戴使用的循環步驟

洗淨（包含去掉蛋白質）、保存的時候，請務必遵從眼科醫師或專業人士詢所指
示維護方法的使用說明書。

為了要能夠將隱形眼鏡使用的很舒服，鏡片的保養是不可欠缺的，請遵從鏡片的正
確步驟，硬式隱形眼鏡的保護，請每日必須做到的。（但是連續使用者是例外的）

平時的時候



清除蛋白質的時候（特別是污垢很多之時）



※請務必遵從使用去蛋白質清潔劑的使用說明書，才不致於傷害到鏡片。

- 洗淨保存液請每天替換。
- 從盒子裡將鏡片取出後，請用水仔細地將盒子裡的污垢沖乾淨。
- 沖洗不乾淨之時，眼睛有時會出現癢癢或刺痛等症狀。

平時使用者（整天使用）的時間表

（請遵守眼科醫師或專業人士詢所指示的使用時間）

開始使用之時

參考下面的使用時間表，並且請慢慢地習
慣將戴隱形眼鏡的時間拉長。還有，在可能使
用的時間裡，每個人的差別有所不同，故請務
必聽從眼科醫師或專業人士詢使用時間表。

從使用開始起	2	4	6	8	10	12	14 (時間)	終日
第1天	4~6小時							睡覺之前，請務必將鏡片取下。
第2天	6~8小時							
第3天	8~10小時							
第4天	10~12小時							
第5天	12~14小時							
第6天	14小時起							

停止使用之後，又想重新開始 使用之時

從再開始使用的那天開始的時
間標準為以下：

- 停止使用在一星期以內之時，從最後使用日的使用時間開始縮短2~6小時，然後再慢慢地將時間拉長。
- 停止使用在1個星期以上到未滿一個月之時，請從左表的第一行的時間表開始。
- 停止已經超過1個月以上時，請務必接受眼科醫師的診斷，再照醫師所指示的時間使用隱形眼鏡。

在使用鏡片之前

請務必檢查：

- 1 眼睛裡面有無異常？
照鏡子確認眼睛裡有沒有充血或眼屎之類。
 - 是否感覺到痛、異物或癢。
 - 在其他方面，有沒有和平時不同的症狀出現。
- 2 鏡片有無異常？
 - 請仔細的檢查鏡片上有沒有污垢或破損、裂痕。
- 3 你所在地是否為乾淨的場所？
 - 戴上或取下時，請一定要在乾淨的地方實施。
 - 即使鏡片掉落也是很容易找到的地方嗎？
- 4 手指頭乾淨嗎？
 - 指甲有沒有剪短或光滑呢？
 - 有沒有用肥皂將手洗乾淨呢！

☆ 請戴上鏡片之後再化妝

用沾上化妝品的手指頭戴鏡片，有眼睛刺痛，鏡片
變質而變得看不清楚，或是鏡片無法再使用的可能
性發生。

◎遵守上面所記載的事，就可以預防鏡片的破損或污染，那就可以保護你重要的眼睛。

戴鏡片的方法

戴鏡片的方法 ①

- 1 將鏡片的凹面放在要戴鏡片的眼部那隻眼睛的相反的手的食指上，將食指的末端稍微弄濕的話，鏡片就比較不容易掉落，也比較容易戴上。
- 2 另外用一隻手的大姆指和食指的末端按在下眼睫毛和眼皮上，再盡量將眼睛打開大點些。
- 3 一邊看鏡子，一邊將鏡片靠近眼睛，並戴在黑眼珠上。
※手指頭很快的離開或很用力的眨眼時，可能有鏡片從黑眼珠移動、脫落的情形出現。
- 4 鏡片戴在黑眼珠上面時，手指頭慢慢地離開，然後再一次的確認鏡片是否正確地戴在黑眼珠上，位置要確認一下。

戴鏡片的方法 ②

- 1 要戴鏡片的眼部的同側的食指的末端放著鏡片，而鏡片的凹面是向上的，因此將指頭的末端弄濕些，鏡片較不容易發生掉落，且較容易戴上。
- 2 用同側手的中指將眼睛的下眼皮的睫毛部份向下拉，再用另一隻手的食指將上眼皮（有睫毛的部份）向上拉。
- 3 一邊看鏡子，一邊將鏡片靠近眼睛，然後戴在黑眼珠上。
※手指頭很快的離開或很用力的眨眼時，都有可能使鏡片從黑眼珠的地方離開或掉落。
- 4 鏡片放到黑眼珠上面時，手指頭要慢慢地離開，然後再一次的確認鏡片是否正確地戴在黑眼珠上，位置要確認一下。

戴法的建議

- 打開眼睛之前，先將手指頭的末端多餘的水份擦拭乾淨，眼皮或手指頭若濕濕的話，無法將眼睛完全的睜大。
- 鏡片要接近眼睛時就會將眼睛閉上，而無法將鏡片放入（因為害怕）。此時，將意識集中在相反的眼睛上，並且透過鏡子看著自己的眼睛。
- 盡量不要將眼睛向上看，將鏡子和臉成平行之狀態。將眼睛往上看黑眼珠就會在上眼

皮的裡面，此時較不容易戴上鏡片，也會因眨眼而使鏡片移動。

- 如果你按照上面所說的正確實行的話，鏡片在接近之時黑眼珠因手指的前端所遮住，但是保持這樣的話會將鏡片剛好放在黑眼珠上。
- ※此時，另一眼可以從鏡子裡看到要將鏡片放入眼睛的手指頭的指甲的一部分。
- 鏡片完全放入之前，兩眼睛都要張的大大的。
- 鏡片放入之後，急忙的眨眼就會使鏡片移動。這點請注意，還有戴入之後，黑眼珠和鏡片之間有時會產生氣泡，只要慢慢地眨眨眼就可以簡單的取下鏡片。



鏡片的取卸方法

鏡片的取法 ①

- 1 一邊看鏡子，一邊讓黑眼珠跑到中央，並且盡可能的讓眼睛睜大些。
 - 2 用和要取下鏡片的眼部的同側的手的食指的末端押在上、下眼皮的睫毛處。
 - 3 要將眼睛張得比鏡片還要大，並且把押在眼皮的手指頭往耳朵的方面用力拉。
 - 4 往耳朵的方面拉的手指的力量不要放鬆，一眨眨眼鏡片就會脫落下來，請用另一隻手的手掌接著鏡片。
- 脫落的鏡片沒有掉在地下，而是掉在睫毛上，所以用鏡子仔細的確認鏡片的位置。
- 無法脫落之時，請再一次的將手指按到最初的地方，並且重複剛才的動作。



※ 取下方法的重點 ※

下巴伸出，黑眼珠看向鼻側，並把臉向著鏡子稍微傾斜，請把上眼皮和下眼皮平均的拉引。

鏡片的取法 ②

- 1 一邊看鏡子，一邊讓黑眼珠跑到中央。
 - 2 把眼睛睜大些，用兩手的食指按著上、下眼皮的睫毛處。
 - 3 一隻手指頭稍微推一推，鏡片的邊緣就會浮出、脫落。此時，請注意不要讓指甲碰觸眼睛。
- 在這個方法，脫落的鏡片往往掉在睫毛上，所以，請用鏡子仔細的確認，還有防止鏡片跳出，在下面敷上乾淨的毛巾等等。
- 請注意不要讓鏡片的邊緣傷到黑眼珠。



※ 取下方法的重點 ※

下巴伸出，黑眼珠看向鼻側，並把臉向著鏡子稍微傾斜，請把上眼皮和下眼皮平均的拉引。

很難取卸之時

外眼角的押法或押的位置不對，而使眼睛變細的時候	拉的方向不對之時	只有強拉眼皮的一邊之時

※把手指頭按在眼睛的深處拉引。

要確定以上的情況沒有產生，將手指放在正確的位置，讓眼睛有意識的一邊睜大些，一邊用力拉引，並且輕輕的眨眼，這是很重要的。

鏡片跑到白眼球之時

鏡片跑到外眼角之時	鏡片跑到內眼角之時	鏡片跑到眼珠的下方	鏡片跑到眼珠的上方
1 把鏡片拿到鼻側，只有眼睛看向鏡子。 2 用食指和中指押著外眼角，讓鏡片固定。 3 把鏡子慢慢地移動到正面，同時把黑眼珠移向鏡片的地方。	1 把鏡片拿到耳側，只有眼睛看向鏡子。 2 用食指按著眼角，讓鏡片固定。 3 把鏡子慢慢地移動到正面，同時把黑眼珠移向鏡片的地方。	1 把鏡片拿到眼睛的下方，只有眼睛看向鏡子。 2 用食指按在上眼皮，把鏡片固定。 3 把鏡子慢慢地移動到正面，同時把黑眼珠移向鏡片的地方。	1 把鏡片拿到眼睛的上方，只有眼睛看向鏡子。 2 用食指按在下眼皮，把鏡片固定。 3 把鏡子慢慢地移動到正面，同時把黑眼珠移向鏡片的地方。

※鏡片黏在眼睛時，請不要強行取下，此時請向眼科醫師或專業人士詢問

適應期間所發生的主要原因和對策

症狀	主要的原因	對策
使用後馬上感到刺痛	鏡片的污垢、裂痕、異物一起進入眼睛的時候	鏡片取下、洗淨、沖洗是否落實，或是確認鏡片是否有裂痕
使用時忽然感到刺痛	垃圾、灰塵進入眼睛裡或使用時間的極限	要做到鏡片取下、洗淨、沖洗乾淨，甚至將眼睛洗一洗較好
取下後的刺痛	使用過多，眼睛的傷感，或是發生強行鏡片取下的方法	對鏡片取下的方法（取卸法）要注意，使用的時間要減少，嚴重時要停止使用，並向眼科醫師或專業人士詢問
有灼熱感	使用過多	將使用時間縮短，再觀察情況
癢	鏡片的污垢、眼病等等	徹底的將鏡片洗淨，若還有這種症狀發生時，請向眼科醫師或專業人士詢問
刺眼	鏡片的裂痕、眼睛的傷感，或是鏡片不合時	再接受檢查
分泌很多的淚液	鏡片不合時	再接受檢查
眼睛疲倦	睡眠不足、疲勞、鏡片的不數不合時	使用時間縮短，再觀察情況，或是再接受檢查
強烈異物感	鏡片的污垢、裂痕、眼睛的異常、鏡片不合時	將鏡片完全地洗淨後，再檢查鏡片是否有裂痕，或是再接受檢查
鏡片容易移動	鏡片不合，或是將左右弄反時	確認左、右，再接受檢查
取下的地方看不清楚	鏡片不合時	讓眼睛休息，再觀察情況，或是再接受檢查
短下視力模糊	使用鏡片的一種現象，因個人而有所不同	稍等一天，即會恢復原狀，若無法恢復原狀時，要再一次的檢查
看不清楚	鏡片的污垢	將鏡片完全地洗淨後，再檢查一次
視力不安定	鏡片不合時	使用時間減少，再觀察情況，或是再一次檢查
充血	鏡片的污垢、裂痕、使用過多、眼睛異常	將鏡片完全地洗淨後，再檢查鏡片是否有裂痕，或是再一次檢查
眼睛感到乾燥	淚水的量、眨眼的次數太少時，或是由於冷風器而使空氣乾燥時，或是受到強風的吹襲時	用力的眨眼數次，嚴重時向眼科醫師或專業人士詢問

- 其他，使用鏡片時，眼睛感到異常時，請一定要向眼科醫師或專業人士詢問。
- 因為生病等等的因素而身體情況不好時，向眼科醫師詢問之後，再配戴鏡片。
- 每日，請務必用鏡子檢查眼睛是否有異常。

檢查項目

- 充血 ● 平時不同的分泌物（眼屎）
- 視力不穩 ● 看不清楚 ● 有污點
- 淚水較多時 ● 刺眼等等

購買鏡片地點	
住址	
電話號碼	