

Waarom nachtlenzen?

U hebt samen met uw contactlensspecialist besloten tot de aanschaf van "nachtlenzen". De juiste benaming voor het aanmeten van deze speciale vormstabile en zeer hoog zuurstof-doorlatende contactlenzen is 'Orthokeratologie of Ortho-K', maar voor het gemak spreken we van nachtlenzen. Deze lenzen zijn vooral bedoeld voor diegenen, die geen bril willen dragen en de motivatie missen - of voor wie het niet mogelijk is - om gewone zachte of vormstabile contactlenzen te dragen. Ook bij relatief droge ogen kunnen nachtlenzen succesvol zijn. Specifiek bij jonge mensen kan het op langere termijn een voordeel opleveren door stabilisering van de bijziendheid.



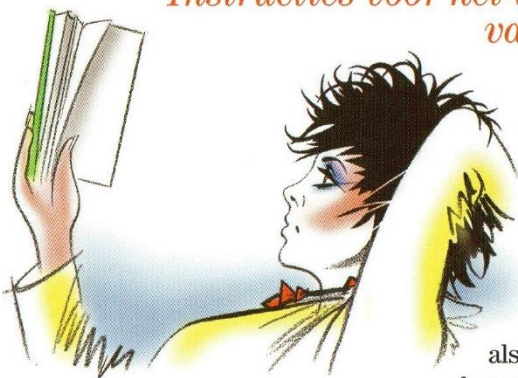
Nachtlenzen zijn tot op heden alleen geschikt om myopie (=bijziendheid) tot een graad van ongeveer 4.50 dioptrieën te corrigeren. Door het dragen van deze contactlenzen verandert het centrale deel van de cornea (=hoornvlies). Dit wordt iets platter en dat resulteert na enkele nachten dragen in een scherp zicht zonder bril of contactlenzen. Deze contactlenzen worden 's nachts gedragen en 's ochtends uitgenomen.

Aanpassing

Om nachtlenzen op een correcte en veilige manier aan te meten wordt gebruik gemaakt van een Topograaf die de oppervlakte van de cornea in kaart brengt. Daarnaast dient er een nauwkeurige oogmeting plaats te vinden en een grondig onderzoek van het voorste oogsegment. Hiervoor gelden dezelfde voorwaarden als voor het aanmeten van alle vormstabile contactlenzen. Voor het aanmeten van de nachtlenzen heeft de contactlensspecialist, naast zijn basisopleiding, nog een uitgebreide aanvullende opleiding gehad en volgt daarna geregeld na- en bijscholing.



Instructies voor het inzetten en uitnemen van nachtlenzen



Geadviseerd wordt om 's avonds de nachtlenzen minimaal 5-10 minuten vóór het slapen gaan in te zetten.

Zo kunnen kleine irritaties of stofjes tijdig opgemerkt en verholpen worden. Voor het inzetten gelden dezelfde regels

als voor de vormstabele contactlenzen met dat verschil dat na het

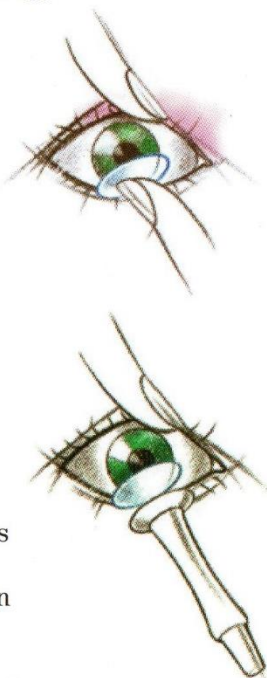
inzetten aanbevolen wordt een extra comfortdruppel

in te druppelen. De nachtlenzen kunnen direct uit de lenshouder worden genomen en met de aanbevolen inzettvloeistof worden ingezet.

Na het inzetten giet u de bewaarvloeistof uit de contactlenshouder. Vervolgens spoelt u de contactlenshouder om met de daarvoor geadviseerde vloeistof: gebruik hiervoor geen kraanwater. De lenshouder niet afdrogen met een doekje, maar open laten staan en aan de lucht laten drogen.

Het uitnemen is wat specifiek. Na het opstaan worden de ogen direct ingedruppeld met een comfortdruppel. Na ongeveer 5 tot 10 minuten kan de lens uitgenomen worden, eventueel met behulp van een zuigertje. Probeer te zien of de contactlens licht beweegt tijdens het knipperen. Soms moet er zachtjes op de lensrand gedrukt worden met de wijsvinger waardoor er een beetje lucht tussen het traanvocht en contactlens komt. Meestal is het lichtjes opduwen van de lens al voldoende om deze gemakkelijk uit te nemen. Na het uitnemen worden de nachtlenzen grondig gereinigd en in de lenshouder geplaatst.

De lenshouder wordt iedere morgen volgens instructie gevuld met nieuwe, verse bewaarvloeistof.



Gewenning en correctie

De nachtlenzen dienen 's nachts gemiddeld zo'n 6-8 uur gedragen te worden. Na de eerste nacht is zeker nog niet de volledige correctie bereikt maar men kan al rekenen op een redelijk zicht. Wanneer toch behoefte is aan restcorrectie na de eerste of tweede nacht kunt u ter overbrugging tijdelijk gebruik maken van zachte daglenzen. Na zo'n 3-4 nachten kan men over het algemeen al redelijk goed zien zonder bril of contactlenzen. Afhankelijk van de te corrigeren afwijking zal volledig zicht pas tussen 5 en maximaal 15 dagen plaatsvinden, mits de contactlenzen elke nacht gedragen worden.

De voordelen van nachtlenzen



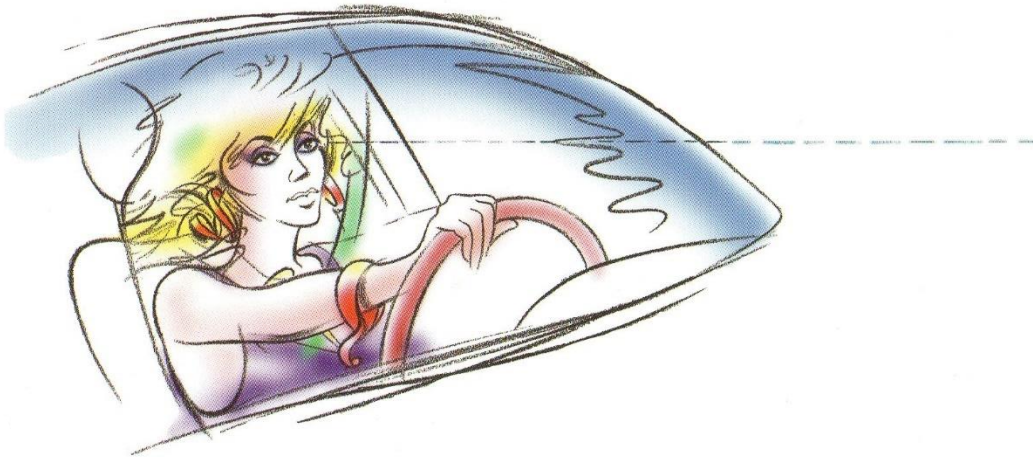
- In tegenstelling tot refractieve laserchirurgie is de correctie met nachtlenzen omkeerbaar.
- Wanneer vormstabele of zachte contactlenzen op basis van dagelijks dragen geen voldoening geven zoals bij droge ogen, stofjesgevoel, hooikoorts, etc., kunnen nachtlenzen vaak wel goed verdragen worden.
- Bij activiteiten en sport heeft u goed zicht zonder bang te hoeven zijn voor verlies of breuk van de lenzen.
- Wanneer tijdelijk of voor lange tijd gestopt wordt met het dragen van nachtlenzen zal het hoornvlies weer terugkeren naar de situatie als vóór het gebruik van nachtlenzen.

Soms blijft de gezichtsscherpte zo hoog dat de nachtlenzen om de nacht kunnen worden gedragen. Het is wel verstandig wanneer men 's avonds moet autorijden om de nachtlenzen mee te nemen en in te zetten als de gezichtsscherpte wat afgenomen is. Dit is echter in de meeste gevallen niet nodig.

Hoe vaak controles

De belangrijke eerste controle vindt plaats direct na de eerste nacht dragen. U komt dan met de contactlenzen in zo vroeg mogelijk bij de contactlensspecialist terug. Aan de hand van deze eerste controle zal de contactlensspecialist u in de eerste weken nog diverse malen terug willen zien voor controle van uw ogen. Tijdens deze vervolgccontroles hoeft u geen nachtlenzen meer in te hebben. Wanneer de gezichtsscherpte stabiel is, volgt een evaluatie en wordt geadviseerd de ogen elke 3 maanden te laten controleren.

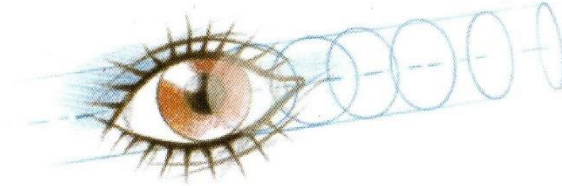
Bij deze 3-maandelijkse controles wordt gemeten of er nog restfouten aanwezig zijn (deze restfouten zijn meestal verwaarloosbaar en hebben geen nadelige invloed). Het hoornvlies, de oogleden en de conjunctiva (=bindvlies) worden gecontroleerd op afwijkingen en beschadigingen. Tevens vindt ook nog een topografische meting plaats, die vergeleken wordt met de eerdere metingen om mogelijke afwijkingen te beoordelen en te documenteren. U dient bij elke controle de nachtlenzen mee te nemen op dat deze op vervuiling en vervorming gecontroleerd kunnen worden. Aan het eind van de controle kan de contactlensspecialist vaak nog wat aanvullende adviezen geven, welke stipt dienen te worden gevolgd.



Behandeling en verzorging

Alvorens met de nachtlenzen te starten krijgt u instructie hoe de nachtlenzen behandeld en verzorgd dienen te worden. De nachtlenzen worden gemaakt van zeer hoog zuurstofdoorlatend materiaal. Alleen een goede reiniging en proteïne verwijdering garanderen een comfortabel zittende nachtlenzen.

Om verwisselen van de nachtlenzen te voorkomen wordt de rechterlens in een violet-paarse (met de R van Rechts) en de linkerlens in een blauwe (met de L van Links) kleur gemaakt. Bij het dragen van nachtlenzen heeft hygiëne, zoals goed handen wassen, de hoogste prioriteit. Deze mag niet verwaarloosd worden. De gebruikte contactlensmaterialen zijn uiterst gevoelig voor een verkeerde behandeling. Gebruik daarom alleen de door uw contactlensspecialist aanbevolen onderhoudsmiddelen.



Materialen/vervanging

Omdat de nachtlenzen vooral gedragen worden terwijl de ogen gesloten zijn is het van het grootste belang dat de zuurstofvoorziening gewaarborgd blijft. Door deze extra hoge zuurstofdoorlatendheid zijn de nachtlenzen wel gevoelig voor vervorming die bij te lang gebruik averechts kunnen werken. Daarom dienen de nachtlenzen elk jaar vervangen te worden. Om het jaar goed door te komen is het onderhoud van groot belang.

Wanneer moet het dragen van nachtlenzen onderbroken worden?

- Bij rode ogen of pijn direct na het inzetten, tijdens het dragen of 's morgens na het uitnemen van de nachtlenzen.
- Bij grote hoeveelheden afzetting en overmatig wazig zien.
- Wanneer de nachtlenzen vervuild zijn.
- Wanneer het draagcomfort zeer verstoord is.
- Wanneer de ogen pijnlijk of geïrriteerd zijn.
- Wanneer de gezichtsscherpte plotseling of fors minder is geworden.

Bij aanhouden van deze verschijnselen direct contact opnemen met uw specialist.

Waarschuwingsvoorschriften

Gelet op de veiligheid, vooral in het verkeer, wordt u geadviseerd om de nachtlenzen altijd bij u te hebben en in te zetten wanneer nodig.

Het kan voorkomen dat bij schemering of in het donker reflecties of halo's (uitstraling van lichtbronnen) waargenomen worden. Dit komt door de grotere pupil in het donker.

Medicijngebruik, infectieziekten en zwangerschap kunnen zodanig van invloed zijn op de ogen, dat de nachtlenzen niet verdragen kunnen worden.

Orthokeratologie functioneert dan pas zonder problemen wanneer dragers de bovengenoemde instructies van de contactlensspecialist in acht nemen.

Het aanpasprotocol achter in dit boekje dient daarom uitvoerig met u te worden besproken. Daarna wordt het protocol door u en de contactlensspecialist ondertekend. Hieruit mag blijken dat de contactlensspecialist alle benodigde instructies heeft gegeven en dat er voor u geen onduidelijkheden resteren.