

Kontaktlinsen und Kontaktlinsenpflege



Inhaltsverzeichnis

1. Linsentypen
2. Handling
3. Ablagerungen
4. Kontaktlinsenpflege
5. Reinigungssysteme
6. Genereller Umgang
7. Reinigungsschritte





1. Linsentypen - Formstabile Kontaktlinsen

Eigenschaft	Vorteile	Nachteile
Kleiner als die Hornhaut	<ul style="list-style-type: none">• Unterspülung mit Tränenflüssigkeit• Gute Sauerstoffversorgung <p>→ gute Langzeitverträglichkeit</p>	<ul style="list-style-type: none">• Längere Eingewöhnung• Variabler Tragerhythmus nur bedingt• Fremdkörper können unter die Kontaktlinse kommen• Verlustrisiko
Formstabiles Material	<ul style="list-style-type: none">• Hohe Lebensdauer (Tragezeit mind. 12 Monate)• Häufig bessere Korrektur: Irreguläre Hornhaut, Keratokonus, nach Hornhauttransplantation	<ul style="list-style-type: none">• Höheres Fremdkörpergefühl möglich• Längere Eingewöhnung• Sensibilität der Hornhaut kann mit der Zeit nachlassen



1. Linsentypen – Weiche Kontaktlinsen

Eigenschaft	Vorteile	Nachteile
Größer als die Hornhaut	<ul style="list-style-type: none">• Angenehmes Tragegefühl (spontan verträglich)• Geringes Verlustrisiko• Geringes Fremdkörperisiko unter der Kontaktlinse	<ul style="list-style-type: none">• Wenig Bewegung → wenig Unterspülung mit Tränenflüssigkeit• KL können sich festsaugen
Flexibles Material → Hydrogel (Gelartig) Hydrophil = wasseranziehend → Silikon-Hydrogel Hohe Gasdurchlässigkeit (DK-Wert), schlechte Benetzung	<ul style="list-style-type: none">• Austauschsysteme: täglich, 14- tägig, 1, 3, 6 oder 12- monatlich• Teils sehr geringer Pflegeaufwand	<ul style="list-style-type: none">• Saugt Wasser (Schwamm)• Fremdkörper können sich im Material einlagern• Bei Tages-, Monatslinsen häufig Visuskompromisse (Cyl./Achse)



2. Handling

Aufsetzen

- Hände waschen
- KL auf die Zeigefingerkuppe setzen
- Kopf über einen Spiegel beugen
- Freie Hand greift über dem Kopf das Oberlid (inkl. Wimpern)
- Mittelfinger der KL-Hand zieht das Unterlid nach unten
- KL möglichst mittig auf die Hornhaut setzen
- Zentrierung der KL im Spiegel kontrollieren → erst danach blinzeln

Absetzen

- Hände waschen
- Freie Hand greift über dem Kopf das Oberlid (inkl. Wimpern)
- Mittelfinger der KL-Hand zieht das Unterlid nach unten
- KL-Hand greift mit Daumen und Zeigefinger nach der Linse (vorsichtig zusammendrücken)





3. Ablagerungen

Welche Ablagerungen können entstehen?

Exogene (von außen kommend)

- Kosmetika
- Pilze, Bakterien, Viren, Parasiten
- Umweltschmutz, Rückstände aus Leitungswasser

Endogene (körpereigen)

- Proteine (Eiweiße)
- Enzyme
- Lipide (Fette)
- Arzneimittelrückstände

Welche Auswirkungen gibt es durch Ablagerungen?

- Benetzungsstörungen
- Unterschiedliche Seheindrücke R/L, Visusverlust
- Irritation der Hornhaut & Bindehaut, Fremdkörpergefühl
- Sauerstoffmangel, Nährstoffmangel
- KL-Unverträglichkeit





4. Kontaktlinsenpflege

Anforderungen an KL-Pflegemittel

- **Sterilität** der Flüssigkeit
- Gute **Reinigung**swirkung, **Desinfektions**wirkung und **Aufbewahrung**
- Leichte Handhabung
- Lange Haltbarkeit
- Keine allergischen oder toxischen Nebenwirkungen
- Verträglich gegenüber Kontaktlinsen und anderen Pflegemitteln

Die verschiedenen Anforderungen lassen sich nicht immer gut miteinander kombinieren.

Deshalb gibt es unterschiedliche Reinigungssysteme.





5. Reinigungssysteme

KL-Anpasser entscheidet über das Reinigungssystem

Reinigungssysteme unterscheiden sich je nach Hersteller in Anwendung, Dauer, Wirkung...

Formstabile Kontaktlinsen	Weiche Kontaktlinsen
Mehrstuflensysteme Bestehen aus 2 oder 3 Lösungen <ul style="list-style-type: none">• Reinigungslösung• Aufbewahrungslösung• Abspülllösung Sehr gute Reinigungswirkung Hoher Aufwand	Einstufen-Systeme Multifunktionslösung / All in One (Protein- & Enzymreinigung integriert) Leicht Handhabung Kann zu Unverträglichkeiten führen
	Peroxid-Systeme <ul style="list-style-type: none">• Einstufen-Peroxid-System (Katalysator)• Zweistufen-Peroxid-System (Neutralisationstablette bzw. Neutralisationslösung) Sehr gute Desinfektion Neutralisationszeit muss abgewartet werden





6. Genereller Umgang

- Vor jeder Berührung der Augen oder KL gründlich Hände waschen
- Immer nur eine KL aus dem Behälter nehmen
- Kontrollieren, ob KL umgestülpt ist (weiche KL)
- KL-Behälter/ KL-Sauger in regelmäßigem Intervall austauschen
- KL und Behälter immer mit Kochsalzlösung oder Pflegemittel abspülen (kein Leitungswasser)
- Benutzte KL-Pflegemittel immer wegschütten, nicht mehrmals benutzen





7. Reinigungsschritte

- Hände waschen
- Linse in die Handfläche legen
- Reinigungsflüssigkeit darauf geben (lieber zu viel, als zu wenig).
- KL mechanisch mit kleinem Finger, kreisend oder sternförmig, reinigen (wenig Druck ausüben)
- KL mit steriler Kochsalzlösung, All in One oder Aufbewahrungslösung abspülen
- Die KL in ihren, ausgewaschenen und mit frischer Aufbewahrungsflüssigkeit gefüllten, Behälter legen
- Über Nacht (mindestens so lange, wie es der Hersteller angibt) in der Aufbewahrungsflüssigkeit liegen lassen

