

LES BONS REFLEXES : HYGIENE ET BON USAGE



- **Ne porter que les lentilles prescrites**
- **Se laver les mains** à l'eau et au savon et les sécher **avant de manipuler** les lentilles
- Ne jamais rincer les lentilles avec un produit autre que le produit d'entretien adapté ou du sérum physiologique : **proscrire l'eau du robinet, l'eau minérale en bouteille ou la salive** (risque d'infection)
- Mettre ses lentilles après la douche ou les enlever avant la douche
- **Retirer les lentilles** lors **d'activités aquatiques** ou lors de **sports nautiques** (piscine, lac, rivière, jacuzzi, sauna...)
- Choisir des produits de maquillage hypoallergéniques; **se maquiller après la pose des lentilles et se démaquiller après leur retrait** (de préférence, mascara non « waterproof », utilisation de crèmes plutôt que de poudres comme fards à paupières, eye-liner sous les cils plutôt que sur le bord palpébral)
- **Respecter les temps de portage** et les **durées d'utilisation** des lentilles : quotidienne, bimensuelle, mensuelle, annuelle
- **Nettoyer, décontaminer, neutraliser et tremper** (produits « tout en un ») les lentilles après une journée d'utilisation et les **placer dans les étuis fournis (remplacer le produit tous les jours)**
- **Ne pas échanger** ses lentilles avec une autre personne
- **Ne jamais remettre** une **lentille détériorée ; la jeter.**
- **Retirer les lentilles en cas de pathologie oculaire ou palpébrale et ne pas les réutiliser avant guérison complète ; ne pas les porter en cas d'utilisation de collyres ou pommades ophtalmologiques** (risque de coloration des lentilles, hyposécrétion lacrymale...)
- **Informez son médecin et son pharmacien du port de lentilles des médicaments en cours y compris l'automédication**
- **Inciter à consulter un ophtalmologiste tous les ans**



Photophobie, baisse acuité visuelle et/ou douleur =
Retrait des lentilles sans les jeter et consultation ophtalmologique en urgence (apporter les lentilles avec flacon de stockage et solution d'entretien)

LENTILLES ET MEDICAMENTS



Le port de lentilles (en particulier les lentilles souples) est, de manière générale, **déconseillé avec les collyres et les pommades ophtalmiques** en raison du risque d'absorption des principes actifs et des conservateurs par les lentilles.

Risque de coloration des lentilles :

- Collyres colorés :
 - à base de bleu de méthylène, fluorescéine sodique, rifampicine, vitamine B12...
- Collyres incolores dont le principe actif métabolisé est coloré :
 - à base de chlorhexidine
- Rifampicine *per os*, amiodarone, caroténoïdes...

Risque de décoloration des lentilles (perte de transparence) :

- Collyres à base de chlorure de benzalkonium, phényléphrine...

Risque d'hyposécrétion lacrymale (œil sec) :

- Anticholinergiques (antidépresseurs tricycliques, antiparkinsoniens, antispasmodiques atropiniques...)
- Bêtabloquants
- Isotrétinoïne...

Risque d'intolérance locale par absorption du principe actif :

- Collyres à base d'ammoniums quaternaires (chlorure de benzalkonium, cétrimide, bromure de benzododécinium) ou de corticoïdes...

Port de lentilles : **facteur de risque d'ulcérations cornéennes et de kératites** en cas de traitement par certains anticancéreux (cetuximab, erlotinib, panitumumab...)