

## 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**
- **Incitez 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...)