hi

उपयोग के निर्देश: Menicon Soft कॉन्टैक्ट लेंस के लिए mipafilcon A (72% पानी)

महत्वपूर्ण
- **उपयोग से पहले इन निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़ें और इस दस्तावेज़ को भविष्य में उपयोग के लिए सुरक्षित स्थान पर रखें।**
- **कॉन्टैक्ट लेंस और लेंस केस सहित लेंस की देखभाल के उत्पादों के सही उपयोग के लिए इस दस्तावेज़ में दिए और आपके नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर के निर्देशों का हमेशा अनुसरण करें।**

परिचय
Menicon Soft 72 एक हरे रंग वाला नरम हाइड्रोफिलिक कॉन्टैक्ट लेंस है, जिसे 72% जल मात्रा वाले mipafilcon A से बनाया गया है।
जीवाणुरहित Menicon Soft 72 को अलग-अलग किसी काँच की शीशी या ब्लिस्टर केस में पैक किया जाता है और बफर किये हुए लवणयुक्त घोल में डुबोया जाता है।

संकेत
Menicon Soft 72 लेंसहीन या गैर-लेंसहीन रोगमुक्त आँखों के लिए रोज़ पहनने के लिए और अपवर्तक एमेट्रोपिया (निकटदृष्टि दोष, दूरदृष्टि दोष और/या दृष्टिवैषम्य) के सुधार के लिए लक्षित है।

पहनने संबंधी नियम
लेंस उतारने के बाद Menicon (MeniCare Soft मल्टीपर्पज़ सोल्यूशन) या आपके नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर द्वारा अनुशंसित सफाई और शुद्धिकरण नियम का उपयोग करते हुए कॉन्टैक्ट लेंस को साफ और रोगाणुहीन करें। हर वर्ष अपने कॉन्टैक्ट लेंस को नए लेंस से बदल दें।
अपनी व्यक्तिगत आवश्यकताओं के अनुसार अपने लेंस पहनने के समय के बारे में अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर से सलाह अवश्य लें। हमेशा पहनने की निर्दिष्ट अवधि के बाद कॉन्टैक्ट लेंस का निपटान करें। पहनने की निर्दिष्ट अवधि के बाद कॉन्टैक्ट लेंस पहनते रहने से आँखों की समस्याओं का जोखिम बढ़ जाता है।

अंतर्विरोध
यदि आपको निम्नलिखित स्थितियों में से कोई हो, तो यह कॉन्टैक्ट लेंस न पहनें।
- आँखों के आंतरिक कोष्ठ में तीव्र या अनुतीव्र जलन या संक्रमण
- कॉर्निया, नेत्र श्लेष्मला या पलकों को प्रभावित करने वाला कोई रोग, चोट, या अपसामान्यता
- गंभीर अश्रु स्राव कमी (सूखी आँखें) होने पर
- कॉर्नियल हाइपोएस्थेसिया (कॉर्निया की संवेदनशीलता में कमी) होने पर
- कॉन्टैक्ट लेंस पहनने पर आँखों को प्रतिकूल रूप से प्रभावित करने वाला कोई दैहिक रोग
- कॉन्टैक्ट लेंस पहनने से और/या लेंस की देखभाल के सॉल्यूशन का उपयोग करने होने वाली या बढ़ने वाली एलर्जी वाली प्रतिक्रिया
- कॉर्निया का कोई सक्रिय संक्रमण होने पर
- आँखों में लाली या जलनयुक्त आँख होने पर
- आँख की शल्यक्रिया के बाद कॉर्निया पूरी तरह ठीक न हुआ हो

चेतावनियाँ
कॉन्टैक्ट लेंस पहनने संबंधी निम्नलिखित चेतावनियों से अवगत रहें।
- कॉन्टैक्ट लेंस पहनने और लेंस की देखभाल के उत्पादों का उपयोग करने से होने वाली आँखों की समस्याएं जैसे कॉर्निया के अल्सर, तेज़ी से बढ़ सकती हैं और परिणामस्वरूप आप दृष्टि खो सकते हैं। यदि आपको आँखों में असहजता हो, अत्यधिक आँसू आएं, दृष्टि में परिवर्तन हो, आँखों में लाली हो या कोई अन्य समस्या हो, तो लेंस तुरंत निकाल दें और अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर से सलाह लें।

सावधानियाँ
- कॉन्टैक्ट लेंस का संभाल कर उपयोग करें (सावधान रहें कि ये गिर न जाएं)।
- कॉन्टैक्ट लेंस को अपने नाखूनों से न छुएं।
- कॉन्टैक्ट लेंस को कॉस्मेटिक्स लगाने से पहले पहनें। कॉन्टैक्ट लेंस पहनते समय कॉस्मेटिक्स, लोशन, क्रीम या स्प्रे न लगाएं।
- अपनी आँखों पर किसी भी दवा का उपयोग करने से पहले अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर से सलाह लें।
- यदि आपकी आँख में लेंस शुष्क महसूस होते हैं, तो लेंस निकालने से पहले अनुशंसित स्नेहक या पुनः नमी प्रदान करने वाला घोल (जिसकी आपके नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर ने सिफ़ारिश की हो) की कुछ बूँदें सीधे आँख में डालें और लेंस निकालने के लिए तब तक प्रतीक्षा करें, जब तक कि वह मुक्त रूप से हिलने-डुलने लगे। यदि असहजता बनी रहे, तो तुरंत अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर से संपर्क करें।
- कॉन्टैक्ट लेंस पहनते समय सभी हानिकारक या जलन पैदा करने वाली वाष्पों और धूम्र से बचें।
- यदि आँखों में रसायन चला जाए, तो नल के पानी का उपयोग करके आँखों को तुरंत साफ करें, कॉन्टैक्ट लेंस निकाल दें और अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर से संपर्क करें या अस्पताल की आपातकालीन सेवा से संपर्क करें।
- खेलकूद या पानी की गतिविधियों के दौरान, या खास उद्देश्यों के लिए कॉन्टैक्ट लेंस पहनने के लिए निर्देश प्राप्त करने के लिए अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर से सलाह लें।
- कॉन्टैक्ट लेंस पहनकर न सोएँ।
- आपकी आँखों का स्वास्थ्य बनाए रखना सुनिश्चित करने के लिए फॉलो-अप मुलाकातें आवश्यक हैं।
- यदि आप लेंस का प्रकार या उसके मापदंड बदलना चाहते हों तो अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर से सलाह लें।
- अपने चिकित्सक को बताएं कि आप कॉन्टैक्ट लेंस पहनते हैं।
- कॉन्टैक्ट लेंस को कमरे के तापमान पर रखें। लेंस को फ्रीज़ न होने दें।
- यदि आपको लंबी अवधि के लिए कॉन्टैक्ट लेंस को भंडारित कर के रखना पड़े, तो अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर से सलाह लें।
- यदि कॉन्टैक्ट लेंस, लेंस केस में सूख जाएं, तो अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर से सलाह लें।
- कॉन्टैक्ट लेंस को दूसरे लोगों से साझा न करें।

विपरीत प्रतिक्रियाएं
अगर इन में से कोई भी समस्या हो, तो कॉन्टैक्ट लेंस तुरंत निकाल दें और यह देखने के लिए उन्हें जाँच लें कि वह क्षतिग्रस्त न हो। यदि कॉन्टैक्ट लेंस क्षतिग्रस्त न हों, तो उन्हें फिर से पहनने से पहले साफ और रोगाणुहीन करें। यदि समस्या फिर भी बनी रहती है, तो लेंस निकाल दें और तुरंत उपचार प्राप्त करें। संक्रमण, कॉर्निया में छाले, निओवैस्कुलराइज़ेशन और परितारिकाशोथ जैसी आँख को गंभीर क्षति पहुँचाने वाली स्थिति हो सकती है।
- आँख में चुभन, जलन, खुजली, या आँखों में कोई भी अन्य दर्द
- आँख में कुछ गिरने या रगड़ रहा होने की लगातार अनुभूति
- अत्यधिक आँसू आना, आँख में से असामान्य स्राव, लाली, देखने की तीक्ष्णता में कमी, धुँधली दृष्टि, प्रभामंडल, प्रकाशभीति या आँखों का सूखापन

कॉन्टैक्ट लेंस का रखरखाव करना

- कॉन्टैक्ट लेंस का उपयोग करने से पहले हमेशा अपने हाथ अच्छी तरह धोकर साफ़ कर लें और सुखा लें।
- यदि काँच की शीशी या ब्लिस्टर केस खुला हुआ या क्षतिग्रस्त हों या फिर उपयोग की अंतिम तिथि गुज़र चुकी हो, तो कॉन्टैक्ट लेंस न पहनें।
- हमेशा बाँये और दाँये कॉन्टैक्ट लेंस का एक ही क्रम में उपयोग करें, ताकि लेंस बदल न जाए।

काँच की शीशी या ब्लिस्टर केस खोलना:

1. काँच की शीशी या ब्लिस्टर केस खोलें।
2. काँच की शीशी या ब्लिस्टर केस में से एक कॉन्टैक्ट लेंस लें।
3. लेंस को सावधानी से पकड़ें और उसे ठीक से जाँच कर सुनिश्चित कर लें कि वह क्षतिग्रस्त न हो या उस पर कोई चीज़ लगी हुई न हो।

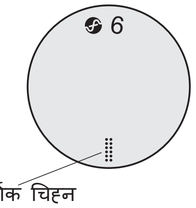
कॉन्टैक्ट लेंस लगाना:

कॉन्टैक्ट लेंस लगाने की सामान्य प्रक्रिया का नीचे वर्णन किया गया है। आवश्यकतानुसार अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर से सलाह लें।

1. आप जिस हाथ का अधिक उपयोग करते हैं उसकी तर्जनी उंगली पर कॉन्टैक्ट लेंस का अवतल हिस्सा ऊपर की ओर करके रखें।
2. लेंस की रूपरेखा को जाँच कर निश्चित कर लें कि वह उल्टा तो नहीं हो गया है।
3. अपने कम उपयोग किये जाने वाले हाथ की तर्जन से ऊपरी पलक और अपने अधिक उपयोग होने वाले हाथ की मध्य उंगली द्वारा नीचे की पलक को खींच कर उन्हें दूर कर दें।
4. सीधा देखते हुए, धीरे से लेंस को अपनी आँख तक लाएं, और धीरे से लेंस को कोर्निया के ऊपर खींच लें।
   • लेंस को अपनी आँख में दबाएं नहीं।
5. नीचे देखें, पहले ऊपरी पलक छोड़ें, फिर नीचे वाली पलक, और हल्के से झपकाएं।
6. यह प्रक्रिया दूसरे लेंस के लिए दोहराएं।

- यदि कॉन्टैक्ट लेंस पहनने के बाद आपकी दृष्टि धुँधली हो जाए:
  • यदि कॉन्टैक्ट लेंस कॉर्निया पर बीच में नहीं लगे हैं:
  आईने में देखें, आँख खुली रखते हुए लेंस के किनारे को धीरे से खिसकाएं ताकि वह कॉर्निया के ऊपर आ जाए। लेंस कॉर्निया के ऊपर आ जाए तब तक ऊपर या नीचे वाली पलक के सिरे पर उंगली का दबाव डालें।
  • यदि कॉन्टैक्ट लेंस कॉर्निया पर बीच में लगे हैं, तो:
  लेंस निकाल दें। संभावित कारण निम्नानुसार हो सकते हैं:
  - लेंस की सतह गंदी है।
  - लेंस गलत आँख पर है।
  - लेंस आँखों पर उल्टे लगे हैं।
- यदि उपरोक्त समस्याओं को दूर करने के बाद भी आपकी दृष्टि धुँधली रहे, तो कॉन्टैक्ट लेंस निकाल दें और अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर से बात करें।
- यदि आपको कॉन्टैक्ट लेंस पहनते समय बहुत अधिक असुविधा हो, तो लेंस तुरंत निकाल दें और अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर से सलाह लें।
- टोरिक कॉन्टैक्ट लेंस के लिए, लेंस को मार्गदर्शक संकेत को नीचे की दिशा में दिए गए चिह्न पर रखकर लेंस को कॉर्निया पर रखें। (चित्र 1 देखें)

टोरिक कॉन्टैक्ट लेंस के लिए



चित्र 1

कॉन्टैक्ट लेंस निकालना:

1. अपना सिर सीधा रखते हुए ऊपर की ओर देखें।
2. आपके कम उपयोग होने वाले हाथ की मध्य ऊँगली से नीचे वाली पलक को नीचे की ओर खींचें और अपने अधिक उपयोग होने वाले हाथ की तर्जनी को कॉन्टैक्ट लेंस की नीचे वाले किनारे पर रखें।
3. लेंस को अपनी आँख के नीचे वाले सफेद हिस्से पर खिसकाएं।
4. लेंस को धीरे से अपने अधिक उपयोग होने वाले हाथ के अंगूठे और तर्जनी के बीच धीरे से दबाएं।
5. लेंस को निकाल दें।
6. यह प्रक्रिया दूसरे लेंस के लिए दोहराएं।

कॉन्टैक्ट लेंस की देखभाल

- हमेशा Menicon (MeniCare Soft मल्टीपर्पज़ सोल्यूशन) या आपके नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर द्वारा अनुशंसित लेंस की देखभाल के उत्पादों का उपयोग करें। कठोर गैस पारगम्य कॉन्टैक्ट लेंस के लिए बने देखभाल के उत्पादों का कभी उपयोग न करें।
- कॉन्टैक्ट लेंस और लेंस केस की देखभाल के लिए कभी भी नल के पानी का उपयोग न करें। नल के पानी के उपयोग से सूक्ष्म जीव संक्रमण का जोखिम बढ़ जाता है।
- हमेशा ताज़ा और उपयोग अवधि समाप्त न हुई हो ऐसे लेंस की देखभाल के उत्पादों का उपयोग करें।
- उत्पादों के उपयोग के निर्देश में लिखा न हो या आपके नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिश्नर द्वारा अनुशंसित न हो तो लेंस की देखभाल के उत्पादों को बदलें नहीं या उन्हें मिश्रित न करें।
- कॉन्टैक्ट लेंस जब उपयोग न किये जा रहे हों तो उनको पूरी तरह से भंडारण घोल में डुबो कर भंडारित करें।
- लेंस केस को देखभाल के उत्पादों से साफ करें और धोएं और हर उपयोग से पहले उसे हवा से सूखने दें। लेंस केस को नियमित समयावधि के बाद बदलें।

पैकेज पर उपयोग किये गए चिह्न

चिह्न / **परिभाषा**	(i) उपयोग के निर्देश देखें	LOT बैच कोड	उपयोग की आखरी तिथि (समय सीमा समाप्ति की तिथि)	STERILE भाप या सूखी गर्मी का उपयोग करके जीवाणु रहित करें
चिह्न / **परिभाषा**	**DIA.** व्यास	**B.C.** आधार वक्र	**P.** डाइऑप्ट्रे (लेंस की शक्ति)	
चिह्न / **परिभाषा**	**C.T.** मध्य भाग की मोटाई	**CYL.** डाइऑप्ट्रे (सिलिन्डर पावर)	**AXIS** सिलिन्डर अक्ष	

निर्माता: Menicon Co., Ltd. 3-21-19, Aoi, Naka-ku, Nagoya, 460-0006 Japan www.menicon.com

EC REP अधिकृत प्रतिनिधि: Menicon Holdings B.V. Waanderweg 6, 7812 HZ, Emmen, The Netherlands

जारी करने का दिनांक 2018-02

©2018, Menicon Co., Ltd.

CE 0483

MKSMPI006_hi