

## उपयोग के निर्देश: 1 महीने में बदलने वाले 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 गए और आपके नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिशनर के निर्देशों का हमेशा अनुसरण करें।

### परिचय

mipafilcon A (72% पानी) एक नीले रंग का नरम सिलिकॉन हाइड्रोजेल कॉन्टैक्ट लेंस है, जिसमें 72% जल मात्रा है। रोगाणुरहित mipafilcon A (72% पानी) एक अलग फ़ाइल-सीलबंद प्लास्टिक कंटेनर में बफर किये हुए लवणयुक्त घोल में डूबा हुआ होता है।

### संकेत

mipafilcon A (72% पानी) लेंसहीन या गैर-लेंसहीन रोगमुक्त आँखों वाले लोगों के लिए रोज़ाना पहनने के लिए और अपवर्तक एमेट्रोपिया के सुधार के लिए लक्षित है।

### पहनने संबंधी नियम

लेंस उतारने के बाद आपके नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिशनर द्वारा अनुशंसित सफाई और शुद्धिकरण नियम का उपयोग करते हुए कॉन्टैक्ट लेंस को साफ और रोगाणुरहित करें। हर वर्ष अपने कॉन्टैक्ट लेंस के बदले नये लेंस लें। अपनी व्यक्तिगत आवश्यकताओं के अनुसार अपने लेंस पहनने के समय के बारे में अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिशनर 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 अनूतंत्र जलन या संक्रमण
- कॉनिया, नेत्र श्लेष्मला या पलकों को प्रभावित करने वाला कोई रोग, चोट, या अपसामान्यता
- गंभीर अश्रु स्राव कमी (सूखी आँखें) होने पर
- कॉनियल हाइपोएस्थेसिया (कॉनिया 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 वाली या बढ़ने वाली एलर्जी वाली प्रतिक्रिया
- कॉनिया का कोई सक्रिय संक्रमण होने पर
- आँखों में लाली या जलनयुक्त आँख होने पर
- आँख की शल्यक्रिया के बाद कॉनिया पूरी तरह ठीक न हुआ हो

### चेतावनियाँ

कॉन्टैक्ट लेंस पहनने संबंधी निम्नलिखित चेतावनियाँ से अवगत रहें।

- कॉन्टैक्ट लेंस पहनने और लेंस की देखभाल के उत्पादों का उपयोग करने से होने वाली आँखों की समस्याएँ जैसे कॉनिया के अल्सर, तेज़ी से बढ़ सकती हैं और परिणामस्वरूप आप दृष्टि खो सकते हैं। यदि आपको आँखों में असहजता हो, अत्यधिक आँसू आएँ, दृष्टि में परिवर्तन हो, आँखों में लाली हो या कोई अन्य समस्या हो, तो लेंस तुरंत निकाल दें और अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिशनर से सलाह लें।

### सावधानियाँ

- कॉन्टैक्ट लेंस का संभाल कर उपयोग करें (सावधान रहें कि ये गिर न जाएँ)।
- कॉन्टैक्ट लेंस को अपने नाखूनों से न छुएँ।
- कॉन्टैक्ट लेंस को कॉस्मेटिक्स लगाने से पहले पहनें। कॉन्टैक्ट लेंस पहनते समय कॉस्मेटिक्स, लोशन, क्रीम या स्प्रे न लगाएँ।
- अपनी आँखों पर किसी भी दवा का उपयोग करने से पहले अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिशनर 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 प्रैक्टिशनर ने सिफारिश 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 प्रैक्टिशनर से संपर्क करें।
- कॉन्टैक्ट लेंस पहनते समय सभी हानिकारक या जलन पैदा करने वाली वाष्पों और धूम से बचें।
- यदि आँखों में रसायन चला जाएँ, तो नल के पानी का उपयोग करके आँखों को तुरंत साफ करें, कॉन्टैक्ट लेंस निकाल दें और अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिशनर 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 प्रैक्टिशनर से सलाह लें।
- कॉन्टैक्ट लेंस पहनकर न सोएँ।
- आपकी आँखों का स्वास्थ्य बनाए रखना सुनिश्चित करने के लिए फॉलो-अप मूलाकारण आवश्यक हैं।
- यदि आप लेंस का प्रकार या उसके मापदंड बदलना चाहते हैं तो अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिशनर से सलाह लें।
- अपने चिकित्सक को बताएँ कि आप कॉन्टैक्ट लेंस पहनते हैं।
- कॉन्टैक्ट लेंस को कमरे के तापमान पर रखें। लेंस को फ्रीज न होने दें।
- यदि आपको लंबी अवधि के लिए कॉन्टैक्ट लेंस को भंडारित कर के रखना पड़े, तो अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिशनर से सलाह लें।
- यदि कॉन्टैक्ट लेंस, लेंस केस में सूख जाएँ, तो लेंस को भिगोकर रखने वाले सॉल्यूशन में (आपके नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिशनर द्वारा सजाया हुआ) कम से कम 1 घंटे तक भिगोकर रखें जब तक कि वह फिर से गीली न हो जाए और फिर यह देखने के लिए लेंस को जाँच लें कि वह क्षतिग्रस्त न हों। लेंस पहनने से पहले उन्हें साफ और रोगाणुरहित करें।
- कॉन्टैक्ट लेंस को दूसरे लोगों से साझा न करें।

### विपरीत प्रतिक्रियाएँ

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 हों। यदि कॉन्टैक्ट लेंस क्षतिग्रस्त न हों, तो उन्हें फिर से पहनने से पहले साफ और रोगाणुरहित करें। यदि समस्या फिर भी बनी रहती है, तो लेंस निकाल दें और तुरंत उपचार प्राप्त करें। संक्रमण, कॉनिया में छाले, निओवैस्कुलराइज़ेशन और परितारिकाशोथ जैसी आँख को गंभीर क्षति पहुंचाने वाली स्थिति हो सकती है।

- आँख में चभन, जलन, खुजली, या आँखों में कोई भी अन्य दर्द
- आँख में कुछ गिरने या रूँगड़ रहा होने की लगातार अनुभूति
- अत्यधिक आँसू आना, आँख में से असामान्य स्राव, लाली, देखने की तीक्ष्णता में कमी, धुंधली दृष्टि, प्रभामंडल, प्रकाशभीति या आँखों का सूखपन

### कॉन्टैक्ट लेंस का रखरखाव करना

- कॉन्टैक्ट लेंस का उपयोग करने से पहले हमेशा अपने हाथ अच्छी तरह धोकर साफ कर लें और सूखा लें।
- यदि रोगाणुमुक्त पैकेज को खोला गया हो या वह क्षतिग्रस्त हो या फिर यदि 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।

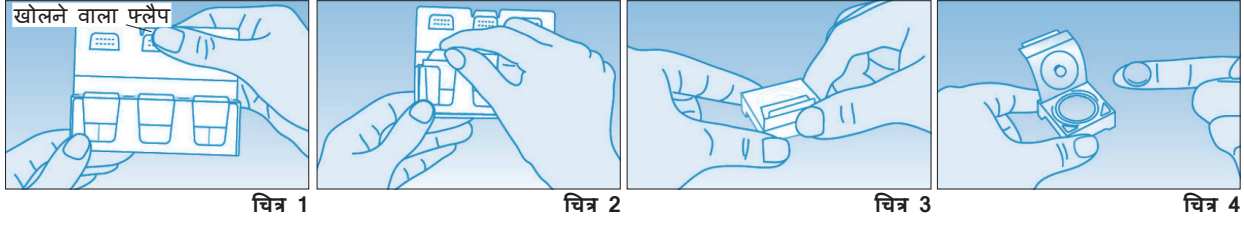
### मल्टी-पैक बॉक्स खोलना:

एक मल्टी-पैक बॉक्स में तीन कंटेनर होते हैं।

1. सील तोड़ने के लिए खोलने वाला फ्लैप ऊपर की ओर खींचें। (चित्र 1 देखें)
2. मल्टी-पैक बॉक्स में से एक कंटेनर निकालें। (चित्र 2 देखें)
  - भंडारण के लिए मल्टी-पैक बॉक्स को बंद करने के लिए, फ्लैप को अंदर दबा दें।

### फॉल-बंद प्लास्टिक का कंटेनर खोलना:

1. पैकेज खोलने के लिए कंटेनर फॉइल निकालें।
  - अचानक छलकने की संभावना को कम करने के लिए, कंटेनर को टेबल पर रख दें और फिर पैकेज खोलें।
2. कंटेनर में उत्तल बाजू ऊपर हो ऐसा एक कॉन्टैक्ट लेंस खोजें।
3. लेंस को कंटेनर में से सभाल कर निकालें और उसे ठीक से जांच कर सुनिश्चित कर लें कि वह क्षतिग्रस्त न हो या कोई चीज लगी हुई न हो।



चित्र 1

चित्र 2

चित्र 3

चित्र 4

### कॉन्टैक्ट लेंस लगाना:

कॉन्टैक्ट लेंस लगाने की सामान्य प्रक्रिया का नीचे वर्णन किया गया है। आवश्यकतानुसार अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिशनर 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 जांच कर निश्चित कर लें कि वह उल्टा तो नहीं हो गया है।
3. अपने कम उपयोग किये जाने वाले हाथ की तर्जनी 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 कॉर्निया के ऊपर खींच लें।
  - लेंस को अपनी आँख में दबाएँ 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:
      - आइने 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 गदी 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 प्रैक्टिशनर से बात करें।
    - यदि आपको कॉन्टैक्ट लेंस पहनते समय बहुत अधिक असुविधा हो, तो लेंस तुरंत निकाल दें और अपने नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिशनर से सलाह लें।

### कॉन्टैक्ट लेंस निकालना:

1. अपना सिर सीधा रखते हुए ऊपर की ओर देखें।
2. आपके कम उपयोग होने वाले हाथ की मध्य उंगली 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 आपके नेत्र देखभाल पेशेवर या प्रैक्टिशनर 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 प्रैक्टिशनर द्वारा अनुशंसित न हो तो लेंस की देखभाल के उत्पादों को बदलें नहीं या उन्हें मिश्रित न करें।
- उष्ण से रोगाणुहीन करने का सुझाव नहीं दिया जाता है।
- 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 और फॉइल बंद प्लास्टिक कंटेनर पर उपयोग किए गए चिह्न

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

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

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

RDMNSPI004\_hi