

# コンタクトレンズ装用中に こんな自覚症状ありませんか？

自覚症状は大事なシグナルです。

「いつものこと」と放っておかないで、きちんとチェックしましょう！

- ☐ レンズ装用中にいつも違和感がある。
- ☐ 黒目の周りが充血したり、目が乾燥して調子が悪い。
- ☐ レンズをはずした後に、瞬きしたり、目薬をさすとしみる。
- ☐ 朝起きると目やにがでている。
- ☐ カラーコンタクトレンズを装用して、鏡を見ると黒目からズレている。

いくつ当てはまりましたか？

1つでも当てはまるものがあれば、眼科で相談することをおすすめします。

- ◆ コンタクトレンズは高度管理医療機器です。  
必ず眼科医の処方に従って購入してください。
- ◆ 添付文書や使用説明書を必ず読んで使用しましょう。

啓発クイズに応募して、抽選で景品をもらおう！

詳しくはホームページにて

日本CL協会

検索

<http://www.jcla.gr.jp>



# 正しく使おう！ コンタクトレンズ

重要

まちがえた使い方をしている...



目の病気が心配だよ!!  
だから、ちゃんと守ろう！



一般社団法人  
日本コンタクトレンズ協会  
JAPAN CONTACT LENS ASSOCIATION  
〒113-0033 東京都文京区本郷3丁目15-9 SWTビル8F  
TEL.03-5802-5361 FAX.03-5802-5590  
<http://www.jcla.gr.jp> E-mail: info@jcla.gr.jp



# 正しく使おう！

コンタクトレンズは眼科医の処方と指示にもとづき正しく使用してください。

**装用時間と使用期間**を守りましょう。

決められた「装用時間」や「使用期間」を超えてレンズを使用した場合、眼障害が起こりやすくなります。

1日使い捨てレンズは、はずしたら必ず捨ててください。



お化粧をするときは・・・レンズは化粧をする前に装用しましょう。

# 安全に使おう！

レンズの装用前、装用後は**自分の目をチェック**しましょう！

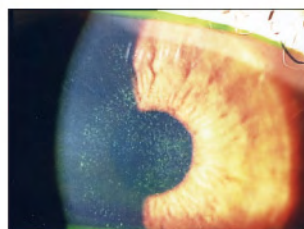
装用前にレンズにキズなどの異常がないか確かめてから装用しましょう。

**定期検査**を必ず受けましょう！

自覚症状がなくても、このような角膜障害(右写真参照)がおこる場合があります。

異常を感じたら放置しないで、**すぐに眼科を受診**しましょう。

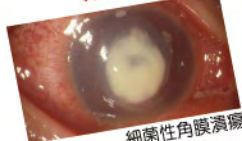
異常を放っておくと・・・



点状角膜上皮症



細菌感染した  
黒目の潰瘍



細菌性角膜潰瘍

まぶたの裏にブツブツ



巨大乳頭結膜炎

**カラーコンタクトレンズも使い方は同じです！**

# きれいに使おう！



石けん

レンズを取り扱う前には、**必ず石けんで手を洗いよくすすぎましょう！**

ケアをして、繰り返し使うレンズについて

必ず、使用するケア用品の  
使用説明書をお読みください。

◆こすり洗いは必須です！

◆装用直前にもう一度すすぎを！

◆レンズケースも清潔に！



不衛生なソフトレンズケース

## ソフトコンタクトレンズの正しいケア方法

(MPS※使用)

レンズをはずす

洗浄  
こすり洗い

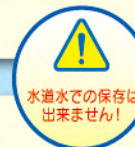


※使用している  
ケア用品の  
使用方法に  
従ってください。

すすぎ

水道水不可

消毒



水道水での保存は  
出来ません！



決められた時間の  
満げ置き消毒・保存を！

保存

すすぎ

水道水不可

レンズ装用

レンズケースの洗浄・乾燥



MPS※は、  
開封後1か月  
を目安にお使  
いください！  
  
※MPSとは、  
マルチパーパスソリ  
ューションの略で、  
1つの液で洗浄・す  
すぎ・消毒・保存の  
全てが行なえるケ  
ア用品のことです。

- お友達とのレンズの貸し借りは絶対にだめ！
- 使用期間を守り、特に長時間の装用は控えましょう！
- 厚生労働省で承認されたレンズを使用しましょう！