

## Das Herausnehmen von weichen Kontaktlinsen

---

### 1. Methode

- Das Auge weit öffnen.
  - Ein Finger der einen Hand wird an das Unterlid gelegt und stützt dieses.
  - Ein Finger der anderen Hand drückt leicht auf das Oberlid und schiebt dieses nach unten.
  - Dadurch faltet sich die Kontaktlinse etwas horizontal und kann abgenommen werden.
- 

### 2. Methode

- Das Auge weit öffnen.
  - Mit Daumen und Zeigefinger die Randbereiche der Kontaktlinse berühren und diese leicht falten, ohne sie dabei zu sehr zusammenzudrücken.
  - Wenden Sie diese Methode nur an, wenn die erste Methode nicht klappt. Die Kontaktlinse kann unter Umständen beschädigt werden.
- 

### 3. Methode mit Sauger

Diese Methode braucht ein wenig Übung. Sie ist für Alle geeignet, die sich nicht gerne ins Auge fassen oder lange Fingernägel haben.

- Nehmen Sie den **Hohlsauger** zwischen Daumen und Zeigefinger.
  - Ziehen Sie mit dem Mittelfinger anderen Hand das Unterlid nach unten.
  - Drücken Sie den Holsauger zusammen (Luft entweicht). Setzen Sie nun den Hohlsauger bei etwa 6° sanft auf die Linse.
  - Die runde Fläche des Saugers sollte zwischen dem unteren Pupillenrand und dem Linsenrand sein (ansonsten entsteht kein Vakuum).
  - Achten Sie auch auf den richtigen Winkel der Saugerfläche und der Krümmung des Auges.
  - Den Sauger nicht mehr zusammen drücken, also loslassen und langsam vom Auge weg bewegen.
- 

### Wichtig

Verwenden Sie ausschliesslich Kontaktlinsenzubehör zum Ein- und Absetzen der Linsen.

---