

# Entretenir mes lentilles : des images pour comprendre

**Docteur Didier MALET**

Adresse du site : [www.docvadis.fr/didier-malet](http://www.docvadis.fr/didier-malet)



Validé par  
le Comité Scientifique Ophtalmologie

**Lentilles souples ou semi-rigides, mensuelles ou trimestrielles, toutes les lentilles non jetables doivent être nettoyées régulièrement pour éviter tout risque d'infection. Découvrez en images les conseils d'entretien pour une utilisation sans risque.**

Avant tout contact avec vos lentilles, lavez-vous soigneusement les mains au savon, puis séchez-les avec un tissu ou un mouchoir en papier propre.



*Le cholestérol a deux sources principales : une moitié est fabriquée par votre foie, l'autre provient de l'intestin*

Il existe deux principaux types de produits d'entretien : les solutions multifonction, qui nécessitent un

massage de la lentille, et les systèmes oxydants. Après examen, votre ophtalmologiste vous conseillera un type de solution d'entretien adapté. Dans le cas d'une solution oxydante, placez vos lentilles dans l'étui spécial.



*Le cholestérol a deux sources principales : une moitié est fabriquée par votre foie, l'autre provient de l'intestin*

Une solution de type oxydante se compose d'un liquide décontaminant et d'un produit neutralisant. Ce dernier peut se présenter sous la forme d'un autre liquide, d'un comprimé ou d'un disque, comme sur l'image ci-dessous. Suivez scrupuleusement les manipulations indiquées sur la notice de votre solution. Attention, ce type de produit est toxique pour l'œil : attendez au minimum six heures avant de remettre vos lentilles.



*Le cholestérol a deux sources principales : une moitié est fabriquée par votre foie, l'autre provient de l'intestin*

Si vous utilisez une solution multifonction, vous devrez effectuer un massage de vos lentilles pour enlever tout microbe ou dépôt. Une fois vos lentilles retirées, placez-en une au creux de votre main et disposez-y du produit d'entretien multifonction.



*Le cholestérol a deux sources principales : une moitié est fabriquée par votre foie, l'autre provient de l'intestin*

Massez alors la lentille pendant une dizaine de secondes. Utilisez votre petit doigt, qui ne risque pas de déchirer ou d'abimer la lentille. Rincez ensuite la lentille avec le produit puis et placez-ladans votre étui. Faites de même avec la seconde lentille.



*Le cholestérol a deux sources principales : une moitié est fabriquée par votre foie, l'autre provient de l'intestin*

Quel que soit votre type de solution d'entretien, après avoir mis vos lentilles, videz votre étui. Avec un essuie-tout ou un mouchoir, essuyez-le bien, ainsi que les deux couvercles dans le cas d'une solution multifonction.



*Le cholestérol a deux sources principales : une moitié est fabriquée par votre foie, l'autre provient de l'intestin*

Posez le tout sur un mouchoir ou un essuie-tout propre. Si vous utilisez un étui classique pour solution multifonction, mettez-le à l'envers en équilibre sur les deux couvercles. Le flux d'air durant la journée évitera ainsi la formation de champignons ou l'humidité.



*Le cholestérol a deux sources principales : une moitié est fabriquée par votre foie, l'autre provient de l'intestin*

Une fois par semaine ou lorsqu'ils vous paraissent sales, nettoyez entièrement l'étui et ses couvercles avec votre solution d'entretien. Séchez ensuite l'ensemble avec un mouchoir.



*Le cholestérol a deux sources principales : une moitié est fabriquée par votre foie, l'autre provient de l'intestin*

Les lentilles semi-rigides peuvent être gardées un an, voir plus, selon les indications de votre ophtalmologiste. Les lentilles souples sont souvent journalières, mensuelles ou trimestrielles. Ne réutilisez pas vos lentilles une fois la date limite d'utilisation dépassée.

