



MISTER SPEX

So kauft man Brillen heute

Berlin, 2. Februar 2016

Mister Spex: Die 10 wichtigsten Tipps zum Umgang mit Kontaktlinsen

Tipp 1: Spezialisten ans Werk

Jedes Auge ist einzigartig. Wichtig ist, dass die Kontaktlinsen auf Ihre Seh- und Tragebedürfnisse ausgewählt werden und Sie nicht allergisch auf das Material reagieren. Bei einer Kontaktlinsenanpassung prüft der Optiker nicht nur welche Linsen für Sie geeignet sind, sondern informiert auch über Tragezeiten, Reinigung und Pflege.

Tipp 2: Einsetzen

Am besten beginnen Sie immer mit dem rechten Auge um eine Verwechslung zu vermeiden. Die Entnahme der Linsen aus der Verpackung oder der Kontaktlinsenbox erfolgt mit dem Zeigefinger. Benutzen Sie zum Einsetzen unbedingt einen Spiegel. Ziehen Sie mit dem Mittelfinger das Augenlid nach oben um ein Zwinkern zu vermeiden. Der andere Mittelfinger zieht dann das untere Augenlid behutsam nach unten. Setzen Sie die Linse direkt in die Mitte. Durch ein kurzes Blinzeln verhelpen Sie der Kontaktlinse zur richtigen Position.

Tipp 3: Herausnehmen

Waschen Sie Ihre Hände besonders gründlich und trocknen Sie Ihre Hände gründlich ab. Schauen Sie nach mehrmaligem Blinzeln in den Spiegel. Halten Sie das obere Lid mit dem Mittelfinger der einen Hand nach oben und mit dem Mittelfinger der Schreibhand das untere Lid nach unten. Schauen Sie nach oben und legen Sie die Fingerspitze des Zeigefingers auf die Linse. Schieben Sie nun die Linse in den unteren weißen Augenbereich. Mit Hilfe des Daumens und dem Zeigefinger kann die Linse herausgenommen werden.

Tipp 4: Eingewöhnungszeit

Die Eingewöhnung ist abhängig von der Beschaffenheit und der Empfindlichkeit der Augen. Bei weichen Kontaktlinsen kann die Eingewöhnung ein bis vier Tage dauern. Bei Harten wiederum bis zu vier Wochen. Empfehlenswert ist es in den ersten Tagen die Tragedauer auf ein paar Stunden am Tag zu begrenzen und etappenweise zu erhöhen. So können Sie sich langsam an die Kontaktlinsen auf dem Auge gewöhnen. Geben Sie Ihren Augen ein wenig Zeit.

Tipp 5: Sorgfältige Reinigung und Pflege

Die Kontaktlinsen sollen vorab oberflächlich gereinigt, dann gespült, folgend desinfiziert, neutralisiert und sicher aufbewahrt werden. Wenn Sie sich nicht mit der täglichen Reinigung beschäftigen möchten, empfehlen wir Tageslinsen, die nach acht bis zwölf Stunden entsorgt werden. Reinigen Sie nicht nur die Linsen, sondern auch den Behälter regelmäßig – am besten mit Kochsalzlösung. Es ist zu empfehlen, diesen im Abstand von zwei bis drei Monaten zu wechseln,



MISTER SPEX

So kauft man Brillen heute

da sich sonst Ablagerungen bilden können, die über die Linsen in das Auge gelangen und Reizungen verursachen.

Tipp 6: Wasserverträglichkeit

Es kommt ganz darauf an, ob es sich um harte oder weiche Kontaktlinsen handelt. Weiche Kontaktlinsen sollten nicht mit Wasser in Kontakt kommen, da Sauerstoff an die Hornhaut-Oberfläche gelangen kann. Durch das nicht sterile Wasser können leichter Krankheitserreger an die Hornhaut-Oberfläche geraten und diese ernsthaft beschädigen. Nutzen Sie immer die Kontaktlinsenlösung, die Ihnen Ihr Optiker empfohlen hat.

Tipp 7: Lösung vergessen oder leer

Kontaktlinsen sollten nachts unbedingt aus dem Auge genommen werden, da sich Ihre Augen während des Schlafes am besten erholen können. Jedoch ist hierbei zu unterscheiden, ob es sich um weiche oder harte Kontaktlinsen handelt. Weiche können ausnahmsweise über Nacht getragen werden, da diese Art von Kontaktlinsen sehr schnell austrocknen kann und es nicht empfehlenswert ist, diese mit Wasser in Berührung zu bringen. Es würde das Infektionsrisiko erhöhen. Harten Kontaktlinsen dürfen in Wasser gelegt werden. Empfehlenswert ist die Anschaffung von Kontaktlinsenlösung in Reisegröße. Diese passt immer in die Handtasche und das Auge ist somit geschützt.

Tipp 8: Kosmetik

Vor jeder Berührung der Kontaktlinsen sollten die Hände gründlich gewaschen werden. Die Kontaktlinse muss vor dem Auftragen des Make-ups aufgesetzt werden, um Infektionen vorzubeugen. Kajal und Mascara sollte nicht im Lidinneren aufgetragen werden, um ein Verlaufen im Auge zu vermeiden.

Tipp 9: Tragezeit überschritten

Wenn Sie Ihre Kontaktlinsen länger als vorgegeben im Auge behalten, kann dies zu Irritationen und Reizungen Ihrer Augen führen. Tageslinsen, je nach Hersteller, können acht bis zwölf Stunden getragen werden. Wochenlinsen hingegen haben eine Tragezeit von bis zu zwei Wochen. Werden die Kontaktlinsen jedoch durchgängig getragen, so verkürzt sich ihre Tragezeit.

Tipp 10: Nachkontrolle

Bei der Jahreskontrolle wird die Gesundheit Ihrer Augen geprüft, der Sitz der Linsen kontrolliert und ein Sehtest vorgenommen, um sicherzustellen, ob Ihre Kontaktlinsen noch richtig für Sie sind. Abschließend werden Ihre Sehqualität und der Visus gemessen, um Veränderungen der Sehstärke sowie die Gesamtqualität zu beurteilen. Nehmen Sie sich vor ein bis zwei Mal im Jahr den Augenarzt oder Optiker aufzusuchen.



MISTER SPEX

So kauft man Brillen heute



Nicola Kahle – Augenoptikerin bei Mister Spex

Nicola Kahle ist gelernte Augenoptikerin und hat zehn Jahre Berufserfahrung in traditionellen Optikergeschäften und bei großen Filialisten gesammelt. Sie hat Sehtests durchgeführt, Kontaktlinsen angepasst und Kunden in Bezug auf die Brillenwahl beraten. Seit Juni 2010 ist die 36-Jährige bei Mister Spex im Kundenservice tätig und führt seit 2012 als Teamleiterin andere Augenoptiker und Service-Mitarbeiter im Kundenservice-Team von Europas führendem Online-Optiker. Hier kümmert sie sich schwerpunktmäßig um Kundenfragen zu augenoptischen

Fachthemen und trägt mit ihrem Team zur allgemeinen Kundenzufriedenheit bei.

Bildnachweis: misterspex.at

Pressekontakt Mister Spex:

Thomas Erhardt | thomas.erhardt@press-factory.de
PRESS FACTORY GmbH | Karl-Marx-Allee 81 | D-10243 Berlin
Tel. +49 (0)30 / 28879 - 007 | Fax +49 (0)30 / 28879 - 003
www.press-factory.de

Unternehmenskontakt Mister Spex:

Anne Minnich | presse@misterspex.de
Mister Spex GmbH | Greifswalder Straße 156 | D-10409 Berlin
Tel. +49 (0)30 / 4431 230 - 218 | +49 (0)30 / 4431 230 - 25 218
www.misterspex.at

Über Mister Spex:

Die Mister Spex GmbH ist Europas führender Online-Optiker. Über seine Website bietet das Berliner Unternehmen neben Kontaktlinsen europaweit das umfangreichste Sortiment an direkt verfügbaren Markenbrillen und -sonnenbrillen zu attraktiven Konditionen an. Zusätzlich zur Preistransparenz und der Preisersparnis bei Brillen mit Sehstärke profitieren Kunden auch von kostenlosen Services wie Sehtests und Brillenanpassungen, denn Mister Spex kooperiert in Deutschland, Österreich und der Schweiz bereits mit 550 lokalen Augenoptikern in einem Partnernetzwerk. Im Service-Team von Mister Spex beraten ausgebildete Augenoptiker die Kunden telefonisch oder per E-Mail. Das Unternehmen verfügt über eine eigene Optikerwerkstatt in Berlin, in der die Endfertigung und Qualitätskontrolle der Brillen erfolgt. Die gute Qualität der Brillen wurde im Dezember 2014 von der Stiftung Warentest bestätigt, die Mister Spex als einen der besten Optiker Deutschlands auszeichnete.

Europaweit zählt Mister Spex mehr als 1,5 Millionen zufriedene Kunden. Derzeit beschäftigt das Unternehmen über 300 Mitarbeiter und wurde 2015 in Deutschland vom Deutschen Institut für Service-Qualität erneut als Preisträger in der Kategorie „Augenoptik“ ausgezeichnet. Mister Spex ist mit eigenen Websites neben Deutschland auch in Österreich, Frankreich, Spanien, der Schweiz, in Großbritannien und in den Niederlanden aktiv und übernahm im Juli 2013 zudem die schwedischen Online-Eyewear-Shops Lensstore und Loveyewear sowie im Januar 2015 den norwegischen Kontaktlinsenhändler Lensit.