

Как ПРАВИЛЬНО использовать глазные капли?



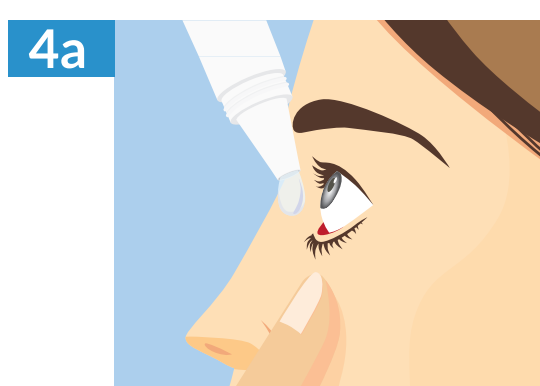
1 Перед использованием глазных капель тщательно вымой руки.



2 Некоторые глазные капли следует взболтать. Соответствующее сообщение есть в инфолисте. Если это относится и к твоему лекарству, обязательно взбалтывай флакон перед каждым использованием.



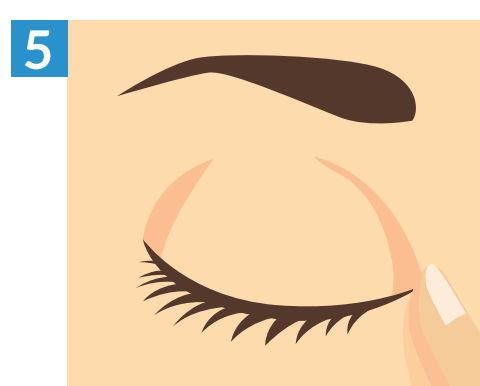
3 Не трогай кончик флакона и избегай его соприкосновения с глазом. Так избежишь возможного загрязнения.



4a Встань или сядь перед зеркалом, пальцем одной руки отодвинь нижнее веко вниз, другой рукой нажми на флакон или постучи по нему в соответствии с инструкцией, и дай каплям упасть в глаз в возникший между глазом и веком карман.



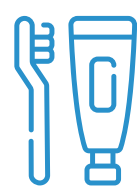
4b Другой способ: сидя, лежа или стоя, наклонив голову немного назад. Если твои глазные капли не жидкие, а гелеобразные, может быть удобнее использовать гель, находясь лежа, заложив его за нижнее веко.



5 После закапывания закрой глаз и зажми аккуратно внутренний угол глаза на 1-2 минуты. Это замедлит вытекание капель через слезный канал, и лекарство дольше задержится там, где это необходимо - в глазу.

- ❗ Если нужно использовать несколько разных глазных капель, следует подождать хотя бы 5 минут до применения любого следующего лекарства (другие глазные лекарства), чтобы предотвратить вымывание предыдущих глазных капель из глаза.
- ❗ Не закапывай глазные капли, если в этот момент носишь контактные линзы. Следует вынуть контактные линзы из глаза перед использованием глазных капель. После применения глазных капель подожди минимум 15 минут перед тем, как вставить линзы обратно.
- ❗ Если руки дрожат, приблизь руки к глазу сбоку, тогда сможешь опереть руку на лицо и уменьшить дрожание рук. Если дрожание рук и дальше мешает, можно попробовать использовать дополнительную тяжесть вокруг запястья (например, используемые в спорте). Использование дополнительной тяжести может уменьшить легкое дрожание рук.
- ❗ Большинство глазных капель обычно хранят при комнатной температуре, но до вскрытия некоторые из них должны храниться в холодильнике. Прочитай инструкцию к глазным каплям или спроси у своего аптекаря.

ЗДЕСЬ НАЙДЕШЬ НЕКОТОРЫЕ ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ, ЧТОБЫ ПОМНИТЬ ОБ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ГЛАЗНЫХ КАПЕЛЬ



Выработай привычку использовать глазные капли вместе с какими-нибудь другими дневными привычками, например, используй глазные капли после чистки зубов



Поставь будильник или установи напоминание в телефоне, чтобы помнить о своевременном использовании глазных капель



Запиши на листочек бумаги или доску схему дозировки глазных капель



Попроси у своего врача распечатанную инструкцию, на которой можно отметить галочками совершенные действия



Попроси ассистента клиники позвонить тебе перед следующим назначенным визитом или добавь визит в свой календарь (в электронный календарь)

НЕ ЗАБУДЬ:



Если тебе выписаны глазные капли, очень важно использовать их именно так, как предписывает лечебная схема и так долго, как посоветовал врач.



Всегда следуй инструкциям медицинского работника. Применяй свой препарат всегда в одно и то же время.

1. Glaucoma UK leaflet veebileht <https://glaucoma.uk/about-glaucoma/treatments-surgery/eye-drops/>
2. Glaucoma UK leaflet Eye drops and dispensing aids. A Guide.
3. Glaucoma Research Foundation veebileht www.glaucoma.org