SCLERALENZEN

Alles wat u moet weten over het gebruik, onderhoud en het wennen aan sceralenzen







VISSER OPHTALMO

medical perfection in lenses

SCLERALENZEN INZETTEN

Belangrijk bij het inzetten is dat u altijd een vaste volgorde aanhoudt. Zo voorkomt u dat u de linker- en rechterlens door elkaar haalt.

STAP 1 | VOORBEREIDING

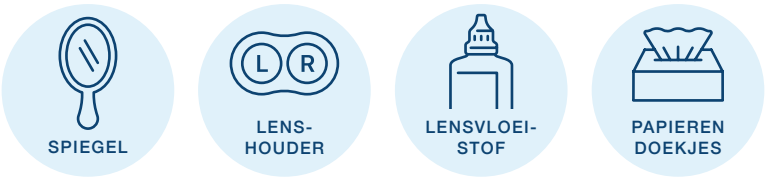
▶ WAS UW HANDEN



▶ VOORBEREIDING

1. Zorg voor schone, korte nagels.
2. Was uw handen met zeep en droog ze af met een schone en niet-pluizende handdoek.
3. Zet alle benodigdheden klaar: spiegel, lenshouder, de vloeistoffen en papieren doekjes. Leg ook de lenszuiger klaar indien u die gebruikt.

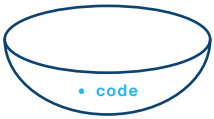
▶ LEG ALLE BENODIGDHEDEN KLAAR



Op YouTube vindt u een instructiefilm hoe u correct uw handen wast.
Deze film is gemaakt door de WHO (World Health Organization).
Scan de QR-code om de instructiefilm te bekijken.

YouTube

STAP 2 | VERSCHIL TUSSEN DE RECHTER- EN LINKERLENS



OP DE RECHTERLENS STAAT
EEN STIP MET DE CODE

1. Op de rechterscleralens staat een stip voor de code. Maak de lens schoon en droog; houd hem tegen het licht om de stip te zien. Is de code niet zichtbaar, gebruik dan een loep of maak een foto en vergroot deze.

STAP 3 | LENS VEILIG UIT DE HOUDER NEMEN

1. Neem de lens uit de houder zonder de lens langs het oppervlak van de houder te schuiven.

2. Spoel de lens nadien kort af met saline.

Bij gebruik van een blauwe zuiger
Plaats de lens op de zuiger en vul deze met saline uit een ampul of met cellumed.

Zonder blauwe zuiger
Houd de lens aan de rand vast met duim en wijsvinger. Zo raakt u het midden van de lens (waardoor u ziet) niet aan. De lens is nu klaar om ingezet te worden.

TIP

Zorg dat u de zuiger bevochtigt voor gebruik. Anders kan deze kringen op de lenzen achterlaten.

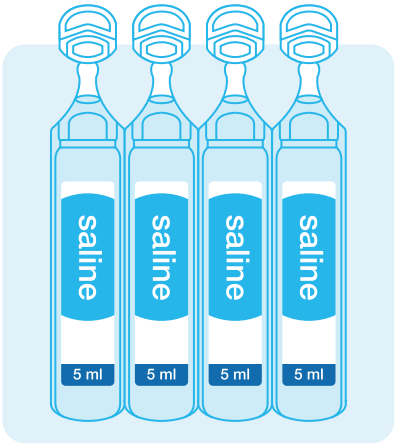
LENSVLOEISTOFFEN

De scleralens dient u steeds te vullen met vloeistof. Uw optometrist zal samen met u bepalen welke de beste inzetvloeistof is voor uw ogen.
Hieronder kan u de meest voorkomende inzetvloeistoffen terugvinden.

Saline

Vul de lens tot aan de rand met saline.

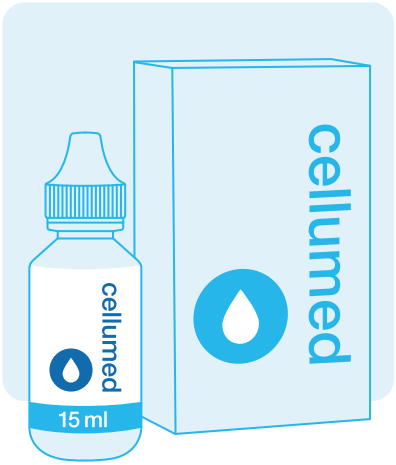
Let op! De saline-ampul is na opening maximaal 24 uur te gebruiken. Bewaar de ampul op een schone, niet vochtige plaats en bij voorkeur gekoeld.



Cellumed

Deze dikkere vloeistof wordt gebruikt als er bij saline snel luchtbellen onder de lens komen.

Let op! Na opening van de flacon is de vloeistof twee maanden te gebruiken.



TIP

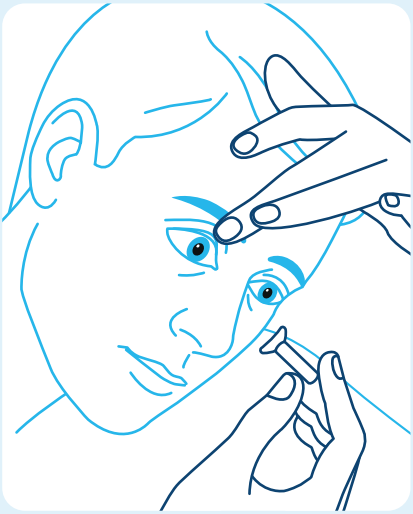
Cellumed kan ook bij de saline worden toegevoegd indien enkel saline te dun is.

STAP 4 | LENS INZETTEN

Er zijn verschillende typen sclera-lenzen en methoden om ze in te zetten. De assistent(e) adviseert welke voor u het beste is. Inzetten kan met een grote holle zuiger, door de lens tussen duim en wijsvinger vast te houden of te balanceren op drie vingers.

Bij het inzetten kunnen luchtbellen ontstaan. Deze luchtbellen zijn niet wenselijk omdat ze voor droge plekken kunnen zorgen. Houd altijd een vaste volgorde aan om verwisselen van de linker- en rechterlens te voorkomen.

METHODE 1 | GESCHIKT VOOR KLEINERE SCLERALENZEN



1. U kunt het best de lens inzetten terwijl u zit. Buig helemaal voorover naar uw knieën en leg uw kin op uw borst. Houd uw oog open met uw duim en wijsvinger van uw niet dominante hand. Kijk in het midden van de lens of recht naar beneden.

2. Breng de met saline gevulde lens naar het oog toe. De lens balanceert op de toppen van uw duim, wijsvinger en middelvinger *(zie afbeelding op pag. 6)* of zit op de blauwe, holle zuiger van uw dominante hand *(zie afbeelding hiernaast)*. Met een lichte druk houdt u vervolgens de lens tegen het oog aan.

3. Knijp in de zuiger of laat de lens los. Sluit vervolgens de oogleden. Knipper nog een aantal keren voordat u weer rustig rechtop gaat zitten.

METHODE 2 | GESCHIKT VOOR GROTERE LENZEN



1. U kunt het beste de lens inzetten terwijl u zit. Buig helemaal voorover naar uw knieën. Leg hierbij uw kin op uw borst en kijk in de richting van uw kin. Plaats de lens op de blauwe, holle zuiger *(zie afbeelding op pag. 5)* of hou hem vast met uw dominant hand *((zie afbeelding hierboven).*

   Gebruik uw andere hand om het bovenooglid en eventueel het onderooglid vast te houden. Het beste kunt u uw arm over uw hoofd houden om van boven het ooglid vast te houden. Door de wimperrand vast te houden heeft u de meeste grip om knipperen te voorkomen.

2. Schuif nu in één beweging de lens onder het bovenooglid. Sluit hierna het bovenooglid en trekt het onderste ooglid naar beneden over de lensrand.

3. Wanneer de lens onder beide oogleden zit, knijpt u in de zuiger of laat u de lens los. Knipper nog een aantal keren voordat u weer rustig rechtop gaat zitten.

TIP

Kijk bij het inzetten van een grote sclera-lens voldoende naar beneden.

SCLERALENZEN UITHALEN

Was ook nu weer eerst uw handen en zet alle benodigdheden klaar. Houd hierbij ook weer dezelfde volgorde aan als bij het inzetten zodat u de linker- en rechterlens niet door elkaar haalt. Voor het uithalen van scleralenzen bestaan twee methoden. Deze vindt u op pagina 8 en 9.

WAT U MOET DOEN VÓÓR HET UITHALEN

▶ WAS UW HANDEN

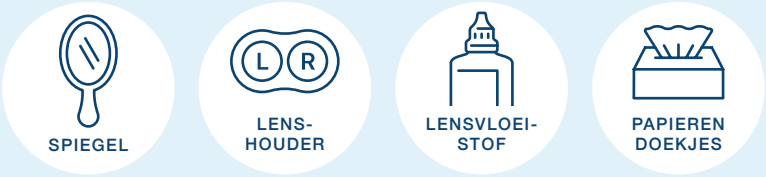


▶ VOORBEREIDING

1. Zorg voor schone, korte nagels.
2. Was uw handen met zeep en droog ze af met een schone en niet-pluizende handdoek.
3. Zet alle benodigdheden klaar: spiegel, lenshouder, lenzen-vloeistof en papieren doekjes.

Scan de QR-code op pagina 2 om een instructiefilm op YouTube te bekijken hoe u correct uw handen wast.

▶ LEG ALLE BENODIGDHEDEN KLAAR



METHODE 1 | MET EEN ZUIGER BIJ KLEINERE SCLERALENZEN



1. Bevochtig indien nodig de lens met saline of met een bevochtigingsdruppel. Bevochtig nadien ook de massieve, oranje zuiger met saline. Hou met de wijsvinger van uw niet dominante hand uw onderste ooglid vast.

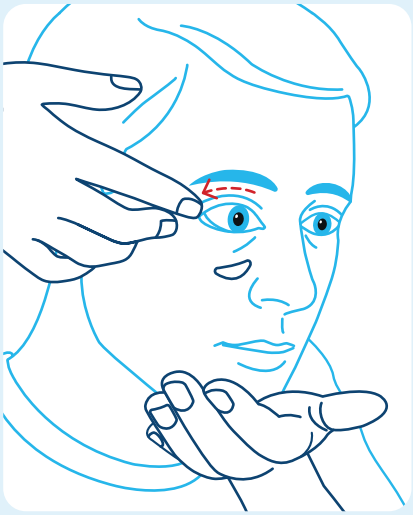
2. Plaats de zuiger op de lens, zo dicht mogelijk bij de rand van de lens. Door de rand van de lens iets op te tillen, komt de lens los van het oog. Nu komt er lucht achter en is de lens gemakkelijk te verwijderen.

   Let goed op! Wanneer de lens niet goed uitgaat dan zit de zuiger vaak te veel in het midden van de lens. Het is ook mogelijk dat de lens moeilijk uitgaat doordat het oog erg droog is. Druppelen met saline of een bevochtigingsdruppel kan dan helpen.

TIP

Bevochtig de zuiger voor het uithalen, zo voorkomt u droogte-plekken op de lenzen.

METHODE 2 | GESCHIKT VOOR GROTERE LENZEN



1. Houd uw hoofd rechtop. Kijk naar beneden in de richting van uw kin. Houd uw vrije hand gereed om de lens op te vangen of zorg voor een zachte ondergrond, zoals een handdoek op tafel. Duw met uw wijsvinger van uw dominante hand de rand van het bovenooglid aan de neuskant omhoog, zodat het bovenooglid boven de lens komt.

2. Duw uw bovenooglid strak tegen de rand van de lens aan, terwijl u uw vinger verplaatst naar de buitenste ooghoek, weg van de neus.

3. De lens zal uit uw oog vallen. Mocht dit moeilijk gaan, bevochtig de lens dan met een druppel saline.

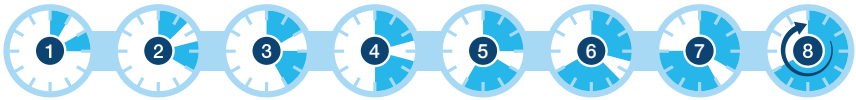
TIP

Zorg dat u de lens steeds kan opvangen, zo voorkomt u schade of breuk.

HET OPBOUWEN VAN DRAAGTIJD

Wanneer u begint met het dragen van scleralenzen kan het comfort de eerste dagen wat minder zijn. Dit is normaal, omdat uw ogen moeten wennen aan het nieuwe gevoel. Bouw de draagtijd rustig op, zodat u na twee weken de lenzen een volledige dag kunt dragen.

▶ WEN LANGZAAM AAN UW NIEUWE CONTACTLENZEN



DAG 1	DAG 2	DAG 3	DAG 4	DAG 5	DAG 6	DAG 7	DAG 8
Lenzen 2×1 uur, 1 uur pauze*	Lenzen 2x 1,5 uur, 1 uur pauze*	Lenzen 2× 2 uur, 1 uur pauze*	Lenzen 2x 2,5 uur, 1 uur pauze*	Lenzen 2× 3 uur, 1 uur pauze*	Lenzen 2x 3,5 uur, 1 uur pauze*	Lenzen 2x 4 uur, 1 uur pauze*	2× 4 uur gelukt? Begin met 1× 8 uur, daarna elke dag + 1 uur

* Let op! Houd een pauze aan van minimaal 1 uur tussen twee draagmomenten.

Draag de lenzen de eerste dag 2x 1 uur. Elke volgende dag mag u de lenzen een 0,5 uur langer dragen. Dus twee keer 1,5 uur op dag twee, twee maal 2 uur op dag drie en zo bouwt u verder op. Houdt steeds een pauze van minimaal 1 uur tussen de twee draagmomenten.

Lukt dit niet of heeft u na enkele uren dragen last? Dan kunt u proberen het dragen langzamer op te bouwen. Draag de lenzen dan even lang als de dag voordien, tot u geen klachten meer heeft, nadien kan u verder opbouwen. Indien u op dag 7 de lenzen succesvol 2x 4 uur heeft kunnen dragen, kunt u op dag 8 overgaan op 1x 8 uur dragen en dit iedere dag uitbreiden met een uur.

Ontstaan er klachten bij het dragen van de lenzen? Dan kunt u beter eerst op controle komen. Het opbouwschema zal dan opnieuw met u worden besproken.

REINIGEN EN ONDERHOUD

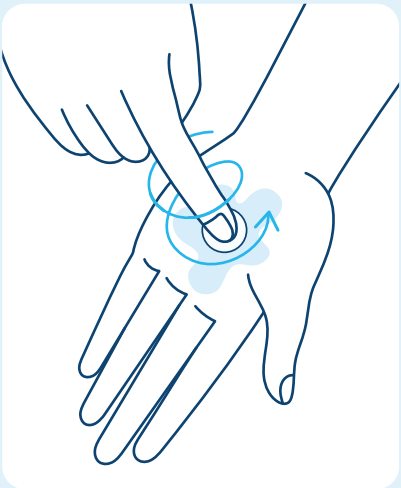
Om uw lenzen in goede conditie te houden, is juist onderhoud en bewaren van de lenzen erg belangrijk. Hieronder staan de vloeistoffen beschreven die u dient te gebruiken met een uitgebreide instructie. Bij vragen of twijfel, neem steeds contact op met een Visser + Ophtalmo collega.

REINIGINGSVLOEISTOF

Dit product dient om de lens te reinigen. Doe dit dagelijks na het uithalen van uw lenzen.

Cleaner

Leg, na het wassen en drogen van uw handen, de contactlens in uw handpalm met de bolle zijde naar beneden. Schud even met het flesje reinigingsvloeistof en voeg een paar druppels toe in de handpalm.



Wrijf nu de lens met uw wijsvinger goed schoon. Wrijf altijd alleen over de binnenkant van de lens (de holle zijde). Door de beweging van de lens op uw handpalm reinigt u ook de buitenkant (de bolle zijde van de lens). Na het reinigen spoelt u de lens grondig af met saline.

BEWAARVLOEISTOFFEN

Deze producten dienen om de lenzen in te bewaren tijdens de nacht of na het uithalen van de lenzen. Er bestaan twee soorten.

All-in one vloeistof

Vul de lenshouder iedere dag na het reinigen van de lens met verse bewaarvloeistof. U kunt de lens er nu inleggen met de bolle zijde omlaag. Zorg ervoor dat er voldoende vloeistof in de houder zit zodat de lens helemaal onder de vloeistof ligt.

Nadat u uw lenzen heeft ingezet, giet u de vloeistof uit de lenshouder.

Droog de houder met een papieren, niet pluizende doek. De houder dient elke drie maand te worden vervangen.

Telkens wanneer u een nieuwe fles vloeistof koopt, zal er een lenshouder bijzitten, vervang dan ook steeds de houder.

Peroxidevloeistof

Deze vloeistof bestaat uit twee componenten. Vul de lenshouder met peroxidevloeistof.

Let op! Deze vloeistof heeft een rode dop. Dit wil zeggen dat de vloeistof nooit rechtsreeks in contact mag komen met het oog!

Leg de lenzen in het korfje van de lenshouder, klik deze dicht. Nu dient u het pilletje aan de vloeistof toe te voegen. Draai het deksel op het bakje. De vloeistof zal beginnen bruisen. Hou er rekening mee dat er een luchtventiel op de lenshouder zit. Wanneer u de houder omgekeerd zou houden, zal er vloeistof ontsnappen. Laat het potje dus steeds rechtop staan. Wacht tot de vloeistof volledig is geneutraliseerd. De vloeistof zal dan troebeler/gekleurd lijken.

Zet de lenzen pas in wanneer de vloeistof volledig is geneutraliseerd! Na het inzetten van de lenzen, giet u de vloeistof uit de lenshouder en droogt u de houder uit met een papieren, niet pluizende doek.

SPOELVLOEISTOF

Deze vloeistof kan u gebruiken om de lenzen af te spoelen. Dit kan na het reinigen of voor het inzetten van de lenzen.

Saline

Saline kan u steeds gebruiken om uw lenzen af te spoelen. Er bestaat saline in een fles maar ook in aparte ampullen. Hou er rekening mee dat de saline in een fles bewaarmiddelen bevat en na openen maar beperkt houdbaar is.

MAKE-UP

Oogmake-up hoeft geen probleem te zijn, zolang u een paar voorzorgsmaatregelen in acht neemt.

De beste volgorde is om eerst uw lenzen in te zetten en nadien uw make-up aan te brengen. Bij het uithalen van de lenzen geldt: eerst de make-up verwijderen en nadien de lenzen uithalen.

HANDIGE TIPS VOOR CONTACTLENZEN

Regelmatige controle van uw contactlenzen door een optometrist of contactlensspecialist is essentieel. Een goede contactlenshygiëne draagt bovendien bij aan comfortabel en veilig gebruik. Visser + Ophtalmo geeft u hiervoor de volgende adviezen:



GEBRUIKSADVIES > CONTACTLENZEN

- **Was altijd uw handen** met water en zeep voor het inzetten of uithalen en droog af met een schone handdoek.
- Vervang en draag lenzen volgens het **advies** van uw specialist.

LENZENVLOEISTOF



- Ververs **dagelijks** de lenzenvloeistof.
- **Wissel niet van vloeistof** zonder advies van uw specialist en gebruik **geen water**.
- Volg de **gebruiksaanwijzing** en let zowel op de **houdbaarheidsdatum** als de houdbaarheid na openen.



LENSHOUDER EN -ZUIGER

- Vervang houders en zuigers minimaal elke **3 maanden**.
- Spoel lenshouders en -zuigers met **contactlensvloeistof** en **niet met water**.
- Laat de lenshouder **op de kop** drogen op een **schone tissue**.

PAS OP MET WATER



- **Vermijd contact van water** met uw lenzen of houder.
- Zwem alleen met een **zwembril** en daglenzen.
- **Douche niet** met lenzen in.

VEELGESTELDE VRAGEN

- **Hoelang heb ik nodig om te wennen aan mijn contactlenzen?** De wenperiode verschilt per persoon en hangt af van het type contactlens. Sommige mensen wennen binnen enkele dagen, bij anderen duurt het enkele weken. In het begin kunt u de lenzen meestal nog niet de hele dag dragen. Daarom krijgt u bij de eerste afspraak een opbouwschema mee, waarmee u het dragen geleidelijk kunt opbouwen.
  Gemiddeld lukt het na 1 tot 2 weken om de lenzen de hele dag te dragen. Het is belangrijk dit schema te volgen, ook als de lenzen vanaf het begin comfortabel aanvoelen. Zo krijgen uw ogen de tijd om zich goed aan te passen en voorkomt u irritatie of overbelasting.

- **Zijn lenzen makkelijk te verliezen?** Het kan gebeuren, maar gelukkig komt het niet vaak voor. Moderne lenzen sluiten goed aan op het oog, waardoor ze niet snel loskomen. Tijdens de instructie leren we u een goede routine aan, zodat het risico op verlies of schade zoveel mogelijk wordt beperkt.

- **Wat kost het onderhoud van lenzen?** De kosten voor onderhoud variëren naargelang de noden van uw ogen. Uw optometrist zal u steeds de juiste vloeistoffen adviseren. Bepaalde lenzen moeten namelijk sneller worden schoongemaakt dan andere, afhankelijk van uw ogen of het lensmateriaal.
  Vloeistoffen en extra druppels worden niet vergoed door de zorgverzekeraar en komen volledig ten koste van u. Bij vragen over vloeistofadvies, neem steeds contact op met uw optometrist.

- **Kan ik make-up dragen met contactlenzen?** Ja, u kunt gerust oogmake-up dragen. Breng de make-up aan nadat u de lenzen heeft ingezet en verwijder het terwijl u de lenzen nog in heeft. Wees voorzichtig met eyeliner en breng deze net buiten de wimperrand aan om te voorkomen dat er product op de lens komt.



ZO KUNT U ONS BEREIKEN

Heeft u verder nog vragen over het dragen van uw vormstabiele lenzen?
Neem contact op via ons servicenummer:

+32 (0)55 69 00 83



Visser + Ophtalmo
Industriepark De Bruwaan 5
9700 Oudenaarde

+32 (0)55 69 00 83
info@visserophtalmo.be
www.visserophtalmo.be

Spreekuren in UZ Leuven,
UZ Gent en Oudenaarde

© Visser + Ophtalmo 2025-09
Auteursrecht voorbehouden. Gehele of gedeeltelijke overneming of reproductie van de inhoud van deze uitgave, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteursrechthebbende is verboden, op welke wijze dan ook.

VISSER + OPHTALMO
medical perfection in lenses