





ANYWHERE | INSTANTLY



BRUGSVEJLEDNING

ØJENLÅGSHYGIEJNE

En tynd oliefilm som dækker og forhindrer fordampning af vand, er en forudsætning for god tårekalitet. Olierne kommer fra kirtler i øjenlågene. En hovedårsag til tørre øjne er at olierne skifter konsistens fra letflydende til fast som smør.

3 TRIN I GOD ØJENLÅGSHYGIEJNE

TRIN 1 Opvarmning af øjenlågene – brug din Eye Doctor Click & Go® som beskrevet. Så smelter de smørlignende olier og bliver flydende igen.

TRIN 2 Fjern noget af den smeltede olie fra kirtlerne ved at massere øjenlågene som beskrevet, så kirtlerne igen kan producere sund olie.

TRIN 3 Rengør øjenlågskanten langs øjenvippene – det mindsker væksten af bakterier, som kan være årsag til symptomer.

ANVENDES VARM

For at mindske symptomer på...

- + Tørre øjne
- + MGD (blefarit)
- + Chalazion (haglkorn)
- Og de medfølgende symptomer som:
- + Følelse af grus i øjnene
- + Irritation
- + Svivende øjne

ANVENDES KOLD

For at mildne symptomer på...

- + Høfeber/allergi/inflammation
- + Trætte/kloende/hævede/svivende øjne
- + Hovedpine/migræne

Side 1

Informationen om dette product er kun til almindelig vejledning.

Den bør ikke benyttes som basis for planlægningen af individuel medicinsk behandling.

Din øjenspecialist kan fortælle dig om graden af dit problem og rådgive om hvor ofte du bør benytte din Eye Doctor Click & Go®

Hvis du er usikker på anvendelsen af produktet eller hvis dine symptomer er uændrede, så kontakt din optiker og/eller øjenlæge.

Dette produkt er designet til afslapning og som hjælp ved tørre øjne og de symptomer, som følger med. Når den anvendes varm, stimulerer Eye Doctor Click & Go® de olieproducerende kirtler i øjenlågene. Den milde varme smelter fast olie som blokerer kirtleme. Det kan give kortvarigt sløret syn. Dette forekommer hyppigere hos kontaktlinsebrugere.

Når du åbner din Eye Doctor Click & Go® skal gelen være transparent og aktiveringsknappen helt synlig. Se fig. A. Det kan hænde at gelmasken utilsigtet er blevet aktiveret under transport, så ser gelen ud som på fig. C. Så skal du følge anvisningerne for Sterilisering og Nulstilling på side 6, før du kan bruge masken.

Læs denne brugsvejledning grundigt. Gem den og læs igen før brug.

Eye Doctor Click & Go® er et registreret medicinsk teknisk udstyr.

Gelmasken indeholder vand og natriumacetate (fødevarer kvalitet). Når aktiveringsknappen presses frem og tilbage giver den en lyd/frekvens fra sig, som ændrer natriumacetatets molekylestruktur fra flydende til krystal. Ved denne proces dannes den optimale varme.

Side 2



ANVENDES VARM

AKTIVERING

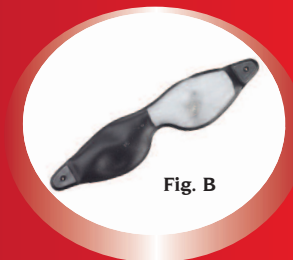
- 1** Find aktiveringsknappen inde i masken



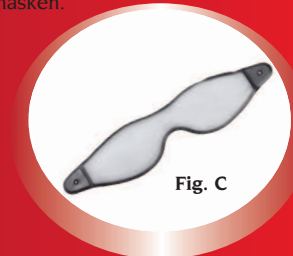
- 2** Tryk på toppen af aktiveringsknappen med begge tommelfingre, som om du vil presse knappen flad, og klik den frem og tilbage. Alternativt kan du lægge masken på et hårdt underlag og presse på toppen af aktiveringsknappen med den flade ende af en blyant eller pen.



- 3** Når masken er aktiveret vil du se at gelen begynder at skifte farve.



- 4** Når den aktiverede, hvide gel dækker hele masken, så fordel den, så varmen kommer jævnt fra hele masken.



- 5** Placer gelmasken i stofbetrækket.
- 6** Tjek altid temperaturen før du lægger masken over øjnene. Hold den varme maske mod indersiden af dit håndled. Hvis den føles for varm, så lad den køle 1 – 2 minutter, og prøv mod håndledet

Side 4



igen. Derefter kan du placere masken over dine lukkede øjne.

- 7 Brug din Eye Doctor Click & Go® maske på lukkede øjne i 7 – 10 minutter.
- 8 Fjern masken og masser øjenlågene. Følg anvisningen for øjenlågsmassage på side 7.
- 9 Tør olierester fra øjenlågene med en ren serviet eller en EyeLid Wipe.

I takt med at masken afkøles bliver gelen fast og skal steriliseres og nulstilles før næste anvendelse.

HVOR OFTE SKAL JEG BRUGE MASKEN?

De fleste vil have gavn af at bruge varmegude med massage to gange dagligt i 2 uger. Derefter en gang dagligt eller et par gange ugentligt efter behov, når symptomerne er begyndt at aftage. Det er vigtigt at du masserer korrekt (se Øjenlågsmassage) for at få fjernet de faste olier som er blevet blødgjort af varmen fra varmemasken.

Eye Doctor Click & Go® er designet til at du kan fortsætte din varmebehandling mens du er på farten og væk hjemmefra.

Du får det bedste resultat ved brug i kombination med en Eye Doctor® varmemaske til mikrobølgeovn/almindelig ovn. Eye Doctor Click & Go® kan anvendes som din primære varmemaske, hvis du foretrækker det.

Side 5

Efter aktivering og behandling vil gelen køle og tage fast form.

STERILISERING OG NULSTILLING KLAR TIL NÆSTE ANVENDELSE

- 1 Placer gelmasken i stofbetrækket
- 2 Masken nulstilles hurtigst og mest effektivt ved at den lægges i en gryde med kogende vand. Lad stropen hænge over kanten på gryden, så det er lettere at løfte masken op. Kog masken i 3 til 5 minutter.
- 3 Hvis du ikke har adgang til en gryde kogende vand, så læg masken i et krus eller skål og fyld med kogende vand. Kasser vandet efter 3 minutter og fyld igen kogende vand på i 3 minutter mere.
- 4 Tag i stropen, løft masken forsigtigt op, og lad den køle i 1 minut.
- 5 Tag gelmasken ud af stofbetrækket og tjek at gelen er blød og gennemsigtig, og at aktiveringsknappen ses uden tegn på krystaller. Se Fig. A.

Hvis du lader masken afkøle i vandet, gendannes krystallerne og produktet kan ikke aktiveres. Hvis der er krystaller tilbage, så gentag proceduren ovenfor.

Når gelen er nulstillet, så lad masken køle til stuetemperatur. Den må ikke bruges på øjnene under denne proces.

Din Eye Doctor Click & Go® er nu klar til næste anvendelse.

Hvis du har spørgsmål eller brug for yderligere vejledning, så ring på tlf. 4048 1836

Side 6

ØJENLÅGSMASSAGE

Massage er nødvendig for at fjerne den smeltede olie fra kirtlerne, så ny, sund olie kan dannes.

Luk øjnene og masser øjenlågene med en ren finger med et fast tryk på øjenlågene.

Øverste øjenlåg:

Pres med fingeren nedad fra øjenbryn til øjenvipperne på det øverste øjenlåg.

Nederste øjenlåg:

Pres med fingeren opad mod øjenvipperne på det nederste øjenlåg.

- Masser altid med lukkede øjne.
- Pres forsigtigt men bestemt, massagen må ikke føles ubehagelig.
- Brug altid fingerspidsen på pege- eller langefinger.
- Tør sekret væk med en ren serviet eller en specialfremstillet Eyelid Wipe.
- Overdriv ikke massagen. 3-4 gange rækker til hvert øjenlåg.
- Efter behandling kan du opleve sløret syn. Dette vil forsvinde indenfor få minutter.

Side 7

ADVARSLER

Masken må kun aktiveres fra stuetemperatur. Den må ikke genaktiveres før gelen er afkølet til stuetemperatur og er helt klar uden synlige krystaller.

Produktet må ikke bruges på skadet eller blødende hud. Opbevar produktet udenfor børns rækkevidde. Væsken i masken må ikke indtages. Væsken kan irritere huden og øjnene. Hvis masken er beskadiget eller lækker, skal den kasseres. Hvis væske fra masken kommer i kontakt med hud eller øjne, så skyl bort med varmt vand. Har du drukket af væsken, så fortynd ved at drikke vand og kontakt læge.

Må ikke opvarmes i mikrobølgeovn eller koges i kedel. Må ikke placeres på varmt underlag. Må ikke punkteres. Kun til udvortes brug.

ANVENDES KOLD

Eye Doctor Click & Go® kan også bruges til køling, uden brug af klikfunktionen. Når masken er i sin originale tilstand og gelen er blød og gennemsigtig, ikke hvid og hård, kan den lægges i køleskabet i omkring 1 time. Herefter placeres den i stofbetrækket og anvendes direkte fra køleskabet. Kølebehandlingen kan bruges så længe og så hyppigt det føles komfortabelt. Læg masken tilbage i køleskabet efter brug, så den er klar til næste gang.

Hvis du vil bruge masken til varmebehandling skal den først nå stuetemperatur før du følger anvisningen for varmebrug.

Side 8

VASK & OPBEVARING

Den ydre stofmaske og gelmasken steriliseres i løbet af nulstillingen, som beskrevet på side 6. Du kan også vaske stofmasken i varmt vand og tørre gelmasken af med en klud. Brug ikke rengøringsmidler. Tørret flat.

Vi anbefaler at du opbevarer din Eye Doctor Click & Go® i den pose som følger med i pakningen, for at holde den sikker, ren og tør mellem behandlinger.

For bedste holdbarhed skal Eye Doctor Click & Go® opbevares nulstillet ved stuetemperatur.

SIKKER BORTSKAFFELSE

Kasseres med almindeligt husholdningsaffald.

OTHER PRODUCTS IN OUR RANGE

The Eye Doctor®
The Ice Doctor®
The Eyelid Wipe



THE QUEEN'S AWARDS
FOR ENTERPRISE
INNOVATION
2016

For more info visit:

www.the-body-doctor.com

Registered office:

The Body Doctor Ltd,
Unit 7 Denby Dale Industrial Estate,
Wakefield Road, Denby Dale,
Huddersfield, West Yorkshire HD8 8QH

Tel. (+44) (0)1484 868 816