



*Trampoliner og briller er et dårligt mix. Børn med stort aktivitetsbehov kan have rigtig meget glæde af kontaktlinser.*

## **HVAD ER "STOR NOK"?**

Der er to vigtige faktorer, når man skal vurdere, om et barn kan bruge kontaktlinser: Modenhed og hygiejne. Det betyder, at man ikke kan sætte en bestemt aldersgrænse. Det vigtigste er, at barnet forstår vigtigheden af hygiejne og er parat til at tage ansvaret for at behandle øjne og kontaktlinser korrekt.

## **PÅ MED SOLBRILLERNE**

En af de klare fordele ved kontaktlinser er, at der er fri adgang til det store udbud af smarte solbriller uden styrke.



# **STOR NOK TIL KONTAKTLINSER?**

**GODE RÅD OM KONTAKTLINSE TIL BØRN OG UNGE**



## SÅDAN FINDER DU UD AF, OM DIT BARN ER STORT NOK TIL KONTAKTLINSER

Her er nogle spørgsmål, der kan give et fingerpeg, om dit barn er modent nok til kontaktlinser. Kan du svare ja til de fleste af nedenstående spørgsmål, vil kontaktlinser være en mulighed for dit barn.

1. **Dit barn passer som hovedregel på at komme til tiden**
2. **Dit barn kan overholde aftaler**
3. **Dit barn sørger selv for at få ordnet lektier**
4. **Dit barn dyrker sport med venner eller i klub**
5. **Dit barn sørger selv for at børste tænder om morgenen og aftenen**
6. **Dit barn vasker altid hænder efter toiletbesøg**
7. **Dit barn "snyder" ikke for bad efter sport eller gymnastik**
8. **Dit barn har en god forklaring på, hvorfor kontaktlinser vil være et godt supplement til briller**

Det vigtigste er, at det er et stort ønske for dit barn at få kontaktlinser. Det er motivationen hos barnet, der bestemmer, om det bliver en succes. Men det er vigtigt med et godt samarbejde mellem optiker, forældre og evt. øjenlæge, så den rigtige beslutning kan blive taget. Er man i tvivl, bør man vente, til man er helt sikker på, at barnet er klart.



## FÅ HJÆLP HOS DIN OPTIKER

Når optikeren tager synsprøven til kontaktlinser, bestemmes både den nødvendige styrke og hornhindens geometriske krumning, ligesom hornhindens og øjets øvrige tilstand undersøges for at se, om der skulle være nogle hindringer for at anvende kontaktlinser.

Vi anbefaler ofte, at børn bruger en-dags linser, da man med dem helt undgår rengøring. Barnet skal altid have en brille som reserve til aflastning om aftenen og i weekenderne.

## HYPPIG KONTROL ER VIGTIG

For at sikre at barnets øjne er velfungerende, indkalder vi børn oftere til kontrol. Du kan selvfølgelig altid kontakte os, hvis der er noget, du er i tvivl om.

## HVAD SKAL DU SELV GØRE?

Det er vigtigt, at du sikrer dig, at dit barn overholder alle instruktioner om anvendelse og daglig pleje. Du bør selv være helt sikker på, hvordan kontaktlinser håndteres, så du kan hjælpe, hvis det bliver nødvendigt. Opstår der øjenrødme, smerte eller andre gener, skal kontaktlinserne tages ud, og du skal kontakte optikeren.