

# 正しく使おう！コンタクトレンズ

コンタクトレンズは目に直接のせて使用する医療機器です。眼科医に指示されたことや添付文書に書かれているレンズの取扱い方法やレンズケアの方法に従い使用しましょう。使い方を誤ると角膜潰瘍などの重い眼障害が発生することがあります。

## コンタクトレンズの使用を開始する時に必要なこと

### コンタクトレンズ購入前に眼科を受診しましょう

- 初めてコンタクトレンズを装用する時又はレンズの種類を変更する時は、眼科を受診し目の状態を確認し、自分にあったレンズを選んでもらいましょう。

### 添付文書をよく読み使用方法を守りましょう

- レンズ使用前に、必ず使用製品の添付文書をよく読み、使用方法に従いレンズを装用しましょう。また、定期検査の重要性を理解しましょう。
- 添付文書の内容でわからないことがあれば、眼科医に確認してください。添付文書に書かれている内容をよく理解した上でレンズを使用しましょう。
- 必要時に取扱い方法や注意事項などを確認できるよう添付文書を大切に保管しましょう。



## 1 製品に関する情報

製品に関する情報(名称・形状・構造・原理、使用目的・効果等)は、添付文書に記載されています。

### レンズの主なタイプ

レンズタイプ	使用方法
1日使い捨てソフトレンズ	一度目から外した後はレンズを捨て再使用しないレンズです。レンズケアの必要はありません。
2週間頻回交換ソフトレンズ	目から外した後、レンズケアを行い継続使用するレンズです。
1か月定期交換ソフトレンズ	使用期間がくれば新しいレンズと交換します。
コンベンショナルレンズ	レンズケアを行いながら長期間使用するレンズです。

## 2 不適正使用による眼障害の危険性

コンタクトレンズの使用が原因で眼障害が発生することがあります。



不適正な使用により重篤な眼障害が発生する危険性が高まります。

- コンタクトレンズの不十分な洗浄・消毒など不適切なレンズケアや、長時間又は使用期間を超えた装用により重篤な眼障害が発生する危険性があります。
- レンズの装用による眼障害の中には、**治療せず放置すると重篤な眼障害や失明につながるものがあります。**目の健康のため、異常を感じたら直ちに眼科を受診しましょう。

### 重篤な眼障害の例



緑膿菌角膜潰瘍

19歳男性  
ソフトコンタクトレンズを装用したまま就寝、翌日眼痛出現、2日後受診

### 3 適正な使用方法に関する情報

- 適切に使用できているかチェックしてみましょう。

#### レンズ取扱いの注意事項

- レンズを取扱う前に必ず石鹸で手指を洗いましょう。
- レンズを取扱う時は、爪を短く滑らかにし、レンズに爪を立てたり、指先が直接目に触れないようにしましょう。



#### 装用前のレンズ点検

- 装用前にレンズに破損、キズ、汚れ等の異常がないか確認し、異常が見つかったレンズは使用しないでください。

#### レンズの装用に際しての注意点

##### 装用スケジュール・装用時間

- レンズ装用時間には個人差があります。眼科医に指示された装用スケジュールと装用時間を守りましょう。



##### 使用期間

- 使用期間が決まっているレンズは、定期的に新しいレンズと必ず交換しましょう。
- 使用期間は実際に装用した日数ではなく、レンズパッケージを開封した日からの日数です。途中で装用しない日があっても、開封後に決められた使用期間が経過したら必ず交換しましょう。

#### レンズケア

- 添付文書及び眼科医の指示に従い、適切なケア用品を選択し、レンズケアの注意点を守りましょう。ケア用品の使用説明書、表示事項等を必ず読んでください。
- こすり洗いは、レンズ両面を十分に行ってください。
- ソフトコンタクトレンズは水分を多く含み、細菌等が繁殖しやすいので、毎日の洗浄に加え、消毒を正しく行うことが必要です。
- レンズケースは使用後によく洗い自然乾燥するとともに、化学消毒剤の添付文書に従って定期的に新しいものと交換してください。



### 4 使用上の留意事項

- 眼科医に指示されたことを守りましょう。
- 添付文書に書かれている内容を理解し、レンズの装用時間および使用期間を守り、正しい取扱い方法で使用してください。
- 自覚症状がなくても眼障害が起こっている場合があります。眼科医から指示された定期検査を受けてください。
- レンズの装用開始後は、目ヤニ、充血、異物感、見え方の変化がないか確認してください。目に異常を感じた場合は、レンズの装用を中止し、速やかに眼科医の診察を受けてください。
- 破損などの異常のあるレンズを装用してしまった場合や、装用中にレンズが破損した場合には、直ちにレンズをはずしてください。自覚症状があり改善しない場合は眼科を受診してください。
- 自分のレンズを他人に渡したり他人のレンズを使用するのはやめましょう。

監修協力  
順天堂大学名誉教授 金井淳先生