

FÜR JEDE SPORTART DIE RICHTIGE KONTAKTLINSE

Vor allem bei schnellen Sportarten und beim Sport im Hochgebirge kommt es zu einem hohen Stoffwechselumsatz im Körper und am Auge. Es kann nicht so viel Sauerstoff aufgenommen werden, wie der Körper tatsächlich benötigt. Der Stoffwechsel wird auf eine Energiegewinnung ohne Sauerstoff umgestellt (anaerober Stoffwechsel). In der Folge kommt es zu einer starken Milchsäurebildung im Körper und auch in der Hornhaut. Entsprechend sind bei diesen Sportarten hochsauerstoffdurchlässige Kontaktlinsen besonders wichtig.

WELCHE KONTAKTLINSE IST FÜR IHRE SPORTART DIE RICHTIGE?

Die Basis für einen optimalen sportlichen Erfolg mit Kontaktlinsen sind die sorgfältige Analyse Ihrer individuellen Anforderungen und eine sorgfältige Anpassung der Kontaktlinsen. Klären Sie diese Frage darum in jedem Fall mit einem Kontaktlinsen-Spezialisten. Zusammen werden Sie eine erfolgreiche Lösung finden.

Für mehr Infos — www.letslen.ch

Die neutrale Kontaktlinsen-Plattform informiert umfassend über alle wichtigen Belange zum Thema Kontaktlinsen. Für individuelle Abklärungen wenden Sie sich an Ihren Kontaktlinsen-Spezialisten.



Fachgruppe Kontaktlinsen:

AMO Switzerland GmbH, Alcon Switzerland SA, Ascon Contactlinsen AG, Bausch + Lomb Swiss AG, Conil AG, Cooper Vision GmbH, Galifa Contactlinsen AG, Johnson & Johnson Vision Care, Prolens AG, TECHNO-LENS SA, Von Hoff AG

LET'S LENS

Contact Lenses & More

KONTAKTLINSEN BEIM SPORT



KONTAKTLINSEN SIND SPORTKANONEN

Bei schnellen Sportarten (Hockey, Sprintläufe) oder intensiver Ausdauer (Radrennen, Marathon) sind Kontaktlinsen unentbehrlich, weil eine einwandfreie Sehschärfe Voraussetzung für den sportlichen Erfolg ist: Auf das Abschätzen von Entfernungen oder auch die Beurteilung unterschiedlicher Kontraste (z.B. Bodenunebenheiten) kommt es an. Besonders ein dynamisches Sehvermögen (z.B. Flugbahn eines Balles) ist beim Sport notwendig. Im Gegensatz zur Brille bietet die Kontaktlinse zudem ein uneingeschränktes Blickfeld.



TIPPS UND TRICKS FÜR SPORTLICHE KONTAKTLINSENTRÄGER

SONNENSCHUTZ

Geeignete Sonnenbrillen schützen unsere Augen vor der erhöhten UV-Einwirkung. Vor allem im Gebirge (schneebedeckte Landschaften) und am Meer (Sandstrand und Wasserflächen) sind sie ein Muss – auch für Kontaktlinsenträger. Kontaktlinsen – mit oder ohne UV-Schutz – decken nur einen Teil des Auges ab, was für einen optimalen Sonnenschutz ungenügend ist.

© Breifeld & Schliekert GmbH



SCHWIMMSPORT

Schwimmen mit Kontaktlinsen ist kein Problem. Im Gegenteil. Schützen Sie Ihre Augen und Ihre Kontaktlinsen aber stets mit einer Schwimmbrille. Trotzdem: Aufgrund der Keimbelastung in Hallenbädern und freien Gewässern müssen Kontaktlinsen nach dem Schwimmen immer gereinigt und desinfiziert werden. Eintageskontaktlinsen können beim Wassersport eine Alternative sein.

SAUNA UND DAMPFBAD

Natürlich können Sie auch in der Sauna Kontaktlinsen tragen. Gönnen Sie Ihren Augen nach dem Saunagang wenn nötig etwas Erfrischung mit benetzenden Augentropfen. Beachten Sie: Im Dampfbad können die ätherischen Dämpfe die Kontaktlinsenoberfläche verschmutzen. Dies kann nur durch eine sorgfältige Reinigung behoben werden.

WIND UND TROCKENE LUFT

Kälte, Wind und trockene Luft führen besonders bei Kontaktlinsenträgern zu einem Trockenheits- und Fremdkörpergefühl. Abhilfe schafft hier eine regelmässige Anwendung von Benetzungsmitteln.

KONTAKTLINSENPFLEGE

Da es beim Sport zu mehr Energieumsatz im Körper und am Auge kommt und somit durch den veränderten pH-Wert mehr Ablagerungen auf den Kontaktlinsen entstehen, ist ein höherer Pflegeaufwand notwendig. Neben der täglichen Reinigung ist eine wöchentliche Proteinreinigung sehr empfehlenswert. Besonders wichtig ist dies für Kraftsportler, die leistungssteigernde Produkte einnehmen.

