



西尾東高校  
H25. 10

### 秋冷えに注意!

少しずつ「涼しい」だけでなく、「寒い」と感じる日が増えてきていますね。  
風邪をひきやすい時期でもあります。服装などで調整しましょう。



## コンタクトレンズは「高度管理医療機器」です!

コンタクトレンズで起こる目の異常は、その多くが、不十分なレンズの手入れや、誤った使い方が原因です。直接目につけるものであり、間違った使い方をすると、視力を失う恐れがあります。そのためコンタクトレンズは、厚生労働省から、人工呼吸器や心臓ペースメーカーなどと同じ「高度管理医療機器」に指定されています。使用方法を守って正しく使いましょう。



保存液は毎日交換する

見落としがちなポイント

### カラーコンタクトレンズについて

若い女性のおしゃれのためのアイテムとして流行っているカラーコンタクトレンズ。カラーコンタクトレンズも通常のコンタクトレンズと同じく高度管理医療機器ですが、通常のコンタクトレンズに比べて、トラブルが多くなっています。

#### ● カラーコンタクトレンズの何が悪いの?

- × 色素が入っているため、酸素透過性が低い
- × プリントされている色素で眼障害がおきやすい
  - レンズの内側に着色 → 角膜障害など
  - レンズの外側に着色 → 結膜障害など
- × 医師の処方や指示を受けずに購入し、間違った使い方をしている



#### ● カラーコンタクトレンズを使う場合は

上の6つの鉄則はカラーコンタクトレンズでも同じ!  
それに加え

- ・ レンズは酸素を通しやすい色素がサンドイッチされた、ワンデータイプを選ぶ
- ・ 必ず装用時間を守る



### メガネも定期点検を!



メガネを使っているうちに、ずれてきたり、耳の裏が痛くなったことはありませんか?一番の原因は、メガネのテンプルとノーズパッドのゆがみです。

そのまま使っていると、適切な視力を保てずに、目に負担がかかり、疲れ目を起こしやすくなります。

メガネを買った後も、定期的に点検をしましょう。

※ 保健室前にもカラーコンタクトについてのポスターがあります。