



En guide

**til kontaktlinse
brugere**

Indholdsfortegnelse

Tydelig information til enhver som bruger kontaktlinser	3
OK, jeg vil gerne prøve. Hvordan vælger jeg så de rette kontaktlinser?	4
Kontaktlinseopløsning. Hvorfor er der så mange?	6
Hvordan plejer man sine kontaktlinser godt?	10
Lad os begynde: Den første linsepåføring	13
At gøre det at købe kontaktlinser til en leg	14
Er du stadig i tvivl?	17
Ordbog	20

Tydelig information til enhver som bruger kontaktlinser

Hvad enten du har gået med linser i et stykke tid, du lige er begyndt eller du leger med tanken om at droppe brillerne, bør du helt sikkert læse nedenstående information. Vi har sammensat en guide der hjælper dig med at navigere rundt i kontaktlinsens verden. Du vil kunne finde information om hvilke muligheder der er, hvad du bør gøre, og hvad du ikke bør gøre. Vi vil også gerne aflive nogle af de myter som afholder nogle af jer fra at bruge kontaktlinser. Lad os begynde!

Et par ord om kontaktlinser til at begynde med ...

Modsat briller, er der mange fordele ved kontaktlinser. F.eks. behøver du ikke at bekymre dig om billedforvrængninger eller at dine linser dugger, hvilket du særligt vil sætte pris på om vinteren. Du vil også have et komplet synsfelt, inklusive perisfærisk syn, for ikke at nævne at du også vil kunne dyrke sport. Der er ingen aldersbegrænsning for at bruge kontaktlinser. Takket være den konstante udvikling i teknologien og materialerne bliver linser mere og mere behagelige med minimale (eller snarere ingen) påvirkning af dine øjne. Kontaktlinser er lavet så du dårligt nok kan mærke dem, modsat briller der kan være en begrænsning.

At bære kontaktlinser kan også tilføje noget ekstra til din stil. Kvinder kan anvende en mere fremhævende øjen make-up eller prøve den nuværende trend- farvede kontaktlinser, der findes både med og uden styrke. Hvis du har lyst til at bruge briller sammen med nogle af dine stilfulde outfits har du et bredt udvalg af muligheder. Hvordan? Da du indtil nu har brugt summer på glas med styrke i dine briller, kan du, hvis du bruger kontaktlinser, købe massere af brillestel med almindelige glas, men med ekstraordinære stel. For ikke at nævne solbriller, som er betydelige billigere end solbriller med styrke i.



OK, jeg vil gerne prøve. Hvordan vælger jeg så de rette kontaktlinser?

Alle forventer noget forskelligt fra kontaktlinser, og alle har en forskellig livsstil og forskellige krav. Derfor bør du lytte til eksperterne i stedet for dine venners velmente råd. Eksperimenter ikke med linser! Du har kun to øjne. Lad os se hvad du kan vælge imellem.

Typer af kontaktlinser afhængig af hvor lang tid de bæres

Nogle kontaktlinse brugere kan ikke forestille sig at skulle undvære deres linser et øjeblik. Andre bruger dem kun ved sport eller andre aktiviteter. Hvem er kontaktlinser bedst egnede til, og hvilke er bedst til dig?

En-dags kontaktlinser

Som du sikkert har gættet ud fra navnet, så er disse linser kun til brug for en dag. Bagefter tager du dem ud, og smider dem ud. Den største fordel ved dem er at de er rigtig milde mod dine øjne. Hvorfor? Fordi du ikke behøver at bekymre dig om alt det snavs som ophobes i dem i løbet af dagen. Du skiller dig af med dem om aftenen, og tager nye på den næste dag. En-dags linser er derfor en god løsning til folk med allergi eller sensitive øjne. Vi anbefaler også denne type linser hvis du planlægger en ferie ved havet; især hvis du skal dykke. De vil hjælpe med at minimere risikoen for at få en infektion eller at dine øjne gør ondt. De er selvfølgelig også egnede til sport eller ved lejligheder hvor du ikke kan bruge briller. En ekstra fordel er, at du ikke behøver at have en opløsning og et etui med overalt.

To-ugers kontaktlinser

Disse linser bæres i 14 dage, og kommes i en opløsning natten over. De er egnede til både regelmæssig og lejlighedsvis brug. Den største fordel ved dem er, at du ikke behøver at købe et stort lager af linser på en gang, og de er også billigere.

Måned- og kvartals kontaktlinser

Med kontaktlinser som er beregnet til længere tids brug er det vigtigt at følge fabrikantens instruktioner nøje. Du kan enten bruge dem om dagen, og komme dem i en opløsning natten over, eller du kan bruge dem permanent alt afhængig af hvor længe du har intentioner om at bruge dem. Sørg for, at du altid har en passende opløsning og øjendråber ved hånden. Så længe dine øjne ikke er for følsomme, og du plejer linserne godt er denne mulighed klart den billigste. Hvis du stadig ikke kan vælge mellem de ovennævnte muligheder, så er de såkaldte fleksible linser måske de rette til dig. De er designet så de føles komfortable på øjet-selv når du engang imellem glemmer at tage dem ud om aftenen. Denne type kontaktlinse er selvfølgelig den mest bekvemme, og forudsagt, at du ikke får en infektion, behøver du ikke at købe nye forsyninger med det samme.

Husk den gyldne regel: "Forebyggelse er bedre end kuren". Vi er her for at give dig råd, og give den bedste service når det kommer til at vælge kontaktlinser og opløsninger af den højeste kvalitet. Benyt dig af det!

Materialet har betydning

Du har måske den opfattelse, at linsematerialet ikke angår dig. Det modsatte er faktisk tilfældet. Vi kan dog garantere, at du altid vil kunne finde pålidelige produkter fra de førende kontaktlinse producenter på vores e-shop, som vi allerede har testet på egne øjne.

Ved du hvad linser er lavet af? Som med alt andet i dag, så udvikler og forbedrer kontaktlinse materialet sig hele tiden. De mest anvendte materialer i dag er disse:

Hydrogel kontaktlinser

Disse slags kontaktlinser mister langsomt deres popularitet. De giver god tårespredning, hvilket gør dem behagelige. Dog er deres iltgennemtrængelighed lav, hvilket på længere sig kan udgøre en fare for øjet. Disse linser er bløde, næsten skrøbelige og med tendens til at gå i stykker.

Silikone-hydrogel linser

Dette er i øjeblikket det bedste materiale når det kommer til kontaktlinser. Det giver tilstrækkelig fugtighed til øjet med god iltgennemtrængelighed. Det udvikler sig konstant, og giver derfor en god kombination af kvaliteter som alle kontaktlinser burde have. Hvis du anvender denne type linser, vil iltforsyningen til dit øje være den samme som hvis du ikke bar nogen kontaktlinser.



En anden type kontaktlinser er baseret på rettelsen af øjendefekter. Vi tilbyder kvalitetslinser til overkommelige priser som er sfæriske, toriske, bifokale og multifokale. Vent dog til du har en recept fra din læge eller optiker før du køber dem.

Når som helst du har et spørgsmål, så kontakt os endelig. Vores specialister fra Lentiamo.dk vil med glæde hjælpe.

Kontaktlinseopløsning. Hvorfor er der så mange?

Du tænker sikkert: "Phew, jeg har valgt mine kontaktlinser, så nu er alt jeg behøver en eller anden opløsning, og jeg er klar". Det er ikke rigtigt. På samme måde som du heller ikke kan vælge en eller anden slags kontaktlinser, er du også nødt til at bruge tid på at vælge den rette opløsning. Men bare rolig, vi er her for at hjælpe dig.

Du tænker sikkert: "Findes den perfekte opløsning?" Du kender sikkert svaret. Nej, det gør der ikke. Hver har lidt forskellige kvaliteter og evner, og det vigtigste er hvad der virker bedst for dine øjne. Rådfør dig med en specialist, og vær forberedt på at den første mulighed ikke nødvendigvis er den rette.

Hvordan er de så forskellige?

Det er lidt en ond cirkel. En opløsning kan virke mild fordi den har et lavt indhold af kemikalier. På den anden side så mangler den til gengæld nogle ønskede kvaliteter, som for eksempel desinfektion eller smørelse. En opløsning som opfylder disse kriterier er måske ikke så mild for dine øjne. Materialet på dine linser spiller også en vigtig rolle. De bedre egnede hydrogel-silikone kontaktlinser reagerer muligvis ikke godt med den opløsning som dine øjne foretrækker. Det er ren videnskab, synes du ikke? Bare rolig.

Hvad skal du se efter i første omgang?

Prøv at genopfriske din viden om kemi. Det vigtigste er det **kemiske indhold** eller hvilke substanser, og hvor hvor mange der er i en opløsning. Fokus er på **antallet af konserveringsmidler**, og til sidst, **om opløsningen er egnet til din type kontaktlinser**.

Da vi nævnte, at du skulle genopfriske din viden om kemi, mente vi ikke at du skulle overdrive, og vigtigst af alt, eksperimenter ikke! **Der er intet bedre end en oprigtig kontaktlinseopløsning**. Nej, destilleret vand hjælper ikke, og det gør en fysiologisk opløsning heller ikke. Ej heller kogt vand, og slet ikke vand fra hanen, (medmindre du gerne vil have en protozobakterie, kaldet acanthamoeba, i dine linser. En skræmmende tanke, er det ikke?). Så vi gentager det igen: **Der er intet bedre end en oprigtig kontaktlinseopløsning**.

Hvad kan du forvente af en kontaktlinseopløsning?



Vi ønsker ikke, at du køber noget som du ikke rigtig har brug for, baseret på en reklame. Her er nogle kriterier som du bør overveje når du bruger kontaktlinser. Vi ville være taknemmelige hvis du deler nogle af dine egne observationer i kommentarfeltet under de individuelle produkter, send dem til os pr. e-mail eller post dem på vores [Facebook](#) side. Hvis du kommer dine linser i en alt-i-en opløsning, opstår der mange forskellige processer som du ikke kan erstatte på en anden måde. **De desinficerer linserne, renses dem for snavs, smører og beskytter dem mod udtørring.**

Har du hørt om peroxidopløsninger?

Hvordan virker peroxidopløsninger? På en kompliceret, men dog fantastisk måde. Hydrogenperoxid kan desinficere kontaktlinser grundigt, da aktiv ilt ødelægger bakterier og fjerner døde øjenceller fra linsen. Forsøg ikke at lave sådan en opløsning derhjemme. Til den rette kemiske reaktion har du brug for et særligt kontaktlinse etui med en platinum katalyst eller en biokatalyse af katalase enzymet. Den sikrer at kontaktlinserne renses og desinficeres grundigt. Det er dog meget vigtigt at lade dem blive i opløsningen **i mindst seks timer**. Eller kan det være en stor anstrengelse for dine øjne. Først efter seks timer stabiliseres opløsningen, så det er sikkert at bruge kontaktlinser.

Hvad er kriterierne når man vælger en opløsning?



✓ **Indhold af konserveringsmidler:**

Det er logisk: Jo færre kemikalier den indeholder, jo mildere er opløsningen. Hvis du har følsomme øjne bør dette være et vigtigt kriterium for dig.

Vi tilbyder for eksempel [Biotrue kontaktlaseopløsning](#).

✓ **Desinficerende komponent:**

Vær forsigtig med opløsninger der er så milde, at de ikke rigtig renser noget som helst. Heldigvis har vi kun kvalitetsopløsninger på lager.

For eksempel har [AO Sept opløsninger](#) gode desinficerende egenskaber.

✓ **Udløbsdato:**

Vær forsigtig med opløsninger med en kort udløbsdato, som du kan finde på tilbud. Overvej først hvor hurtigt du vil kunne bruge dem. En opløsning som har overskredet udløbsdatoen mister sin desinficerende og fugtgivende egenskaber. Vil du have en opløsning der holder i lang tid?

Hvad med en [Opti-Free opløsning](#)?

✓ **Genfugtende egenskaber:**

Mens der vil gå noget tid før de andre kriterier viser sig efter du har brugt en opløsning, vil du med det samme vide om dine linser er fugtede eller ej. Genfugtning og smørelse er meget væsentlige kvaliteter når det drejer sig om behagelig kontaktlinsebrug.

Hvad med at prøve en [Options Multi opløsning](#)?

Hvilken opløsning er den billigste, men samtidig også den mest effektive?

Ikke alle har råd til at bruge en masse penge, og det er fuldt ud forståeligt. Derfor har vi Zero-Seven opløsninger på lager. De er overkommelig i pris, men giver stadig kvalitetspleje til dine øjne.

Hvordan plejer man sine kontaktlinser godt?

“Pleje af kontaktlinser kræver meget arbejde. Det egner sig ikke til mig ”...lyder det bekendt? Kun en lille procentdel er heldige nok ikke at vågne op helt puffede med uglet hår. De er der altid til tiden, udvælger perfekt deres tøj i forhold til vejret og anledningen, deres bil er ren og ryddelig, som om de lige havde købt den, de er altid i stand til at åbne en plastikpose i supermarkedet i første forsøg...Resten af os almindelige mennesker, må simpelthen holde øje med ting, tilpasse, tørre og rense linserne...og det er præcis os som kontaktlinse producenterne har i tankerne. De forventede, at vi ville bevæge os rundt på støvede steder, og ikke altid tager vores linser ud med sterile hænder eller at vi falder i søvn med linserne på. De bliver ved med stadig at udvikle bedre og bedre produkter til kontaktlinse pleje, som gør vores liv meget enklere. Er det ikke fantastisk?

Hvor skal man begynde?

Nye kontaktlinser er i en etuipakning. Før du åbner den, så ryst den for at sikre dig, at kontaktlinsen ikke klæber fast til pakningen, og at den nemt kan tages ud. Tag den ud med dit aftryk af din finger, eller hæld den i din håndflade sammen med opløsningen. (Bare sørg for ikke at bruge dine negle, da du kan risikere at ødelægge linserne). Gnub forsigtigt linsen på din håndflade med din pegefinger, og skyl dem med en steril opløsning.



i Vores tip

Kontaktlinsen kan nogen gange folde, og sidde fast når den fjernes fra etuiet. Hvis det sker, så put den i din håndflade, skyl den med en opløsning, og gnub den forsigtigt med din pegefinger. Hvis det ikke hjælper, så læg den tilbage i etuiet med en frisk opløsning, og lad den ligge i noget tid.

Prøv at gøre det til et ritual at påføre kontaktlinser. Gør altid alt i den samme rækkefølge. Dette vil hjælpe dig med ikke at blande linserne sammen eller at springe over et vigtigt trin. Dette gælder også ved hvilke linser (den højre eller venstre) du tager på først. På etuiet står der altid højre (H eller R. Der bruges nogle gange engelske betegnelser), og venstre (V eller L).

Læg linsen på din pegefinger, og se om den er formet som en skål

- i** Hvis linsen folder, og siderne klæber sammen betyder det, at den er for våd. Det burde hjælpe at bevæge den frem og tilbage mellem dine pegefingre.

Sikr dig, at linsen er ren, og ikke har nogen tegn på skade

- i** En beskadiget linse former ikke som en skål, men er derimod flad.

Linsen må ikke vende indad. Du kan se om den vender på vrangen udad hvis tallene (eller numrene) er i omvendt rækkefølge. Kanten bør være oprejst, og ikke bøje fremover.

- i** En kontaktlinse der vender indad kan være meget ubehagelig, men er ganske harmløs.

Du kan læse mere om påføring af kontaktlinser forinden.

Når dine kontaktlinser er i etuiet, så sikr dig at det er fyldt med masser af opløsning. Der er ingen grund til at ryste etuiet på nogen måde. Opløsningen fungerer som den er. Dog, hvis linsen ikke er dyppet helt i opløsning kan den udtørre og blive skrøbelig. Og selv den bedste opløsning hjælper ikke, og du er derfor nødt til at smide linserne ud.



Beskyt dine linser mod bekadeligelse

Selv om linser kan virke meget elastiske og fleksible er der altid en begrænsning. Undlad at klemme eller bøje linsen for meget, og sikr dig, at den ikke sidder fast på nogen overflade. Kort sagt: Minimer vejen mellem dit øje og etuiet.

Desinficer, desinficer, desinficer ...

Hvis du bruger dagslinser behøver du ikke rigtig bekymre dig så meget om denne del. Men der er stadig øjeblikke hvor du rører dine øjne eller linser, så husk altid at vaske dine hænder først.

Hvis du påfører det samme par linser gentagne gange, skal du bruge en desinficerende opløsning. Det er det eneste som garanterer en ordentlig rengøring; især rengøring af mikroskopisk snavs som ikke kan ses med det blotte øje. Selv om vi er sikre på at du ikke ville finde på det, så siger vi det alligevel: Bland aldrig din egen fantastiske "cocktail" med forskellig opløsninger. Det vil kun gøre tingene værre, for ikke at nævne dine kontaktlinser.

Lad din optiker eller øjenlæge hjælpe dig i starten, følg deres råd eller instruktionerne fra producenterne af kontaktlinserne og opløsningerne-så er du godt sikret. I starten kan det virke som en videnskab, men i løbet af et par dage vil det være et spørgsmål om et par sekunder.

Lad os begynde: Den første linsepåføring

Uanset om du tror det eller ej, så vil det at påføre kontaktlinser hurtigt blive en leg. Men før du når dertil, så sørg for at du følger vores råd først: Vask dine hænder med sæbe, som du grundigt vasker af. Ellers kommer du heller ikke langt. Tør altid dine hænder med noget som ikke taber nogen fibre eller smuldrer. Hav et spejl med god belysning, og et klart og rent område nedenunder så du altid kan finde dine linser i tilfælde af at du taber dem.

Vores tip

Påfør altid kontaktlinserne først, før du påfører make-up.

Tjek denne [instruktionsvideo](#). Det er ikke den samme instruktion som din øjenspecialist giver dig, men den vil gøre begyndelsen lettere.



At gøre det at købe kontaktlinser til en leg

At købe kontaktlinser kan virke nemt. Men når du står overfor en masse forkortelser og parametre som du aldrig før har set kan det godt virke en smule skræmmende. Men frygt ej! Det er derfor, at vi har lavet denne manual. Vi hjælper dig med at finde vej rundt i linsernes verden, for at sikre at det at købe dem bliver en leg. Du vil kunne finde al den vigtige information på din gamle kontaktlinseæske. Sørg for at du har den ved hånden før du læser videre. Al den information du har brug for står på den.

Men hvad hvis du ikke har nogen, eller du har tabt den? Opsøg din øjenlæge, som vil give dig alle de vigtige parametre som du har brug for, for at færdiggøre din bestilling.

Uanset hvad, så er det altid nyttig at vide hvad alle forkortelserne betyder. Her er en oversigt over de mest brugte termer, som du måske gerne vil lære at forstå før du køber dine linser:

✓ **Sfæriske kontaktlinser**

De er de mest almindelige kontaktlinser, og de korrigerer nær-og langsynethed.

✓ **Toriske kontaktlinser**

Kontaktlinser der korrigerer astigmatisme (bygningssfejl).

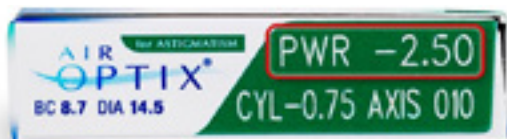
✓ **Multifokale kontaktlinser**

Kontaktlinser til dem der både er nær-og langsynede.

✓ **Dioptrier (D/dpt./PWR/SPH)**

På æsken står parameteren nogen gange som "dioptrisk sfære". Vær opmærksom på - og + tegnene. (Minus er nogen gange vist som et lighedstegn =)

- + dioptrier til langsynethed
- - dioptrier for nærsynethed



✓ **Basiskurve (BK)**

Et parameter som garanterer den højeste komfort når man bærer kontaktlinser, og som sikrer at linsen passer godt på hornhinden.



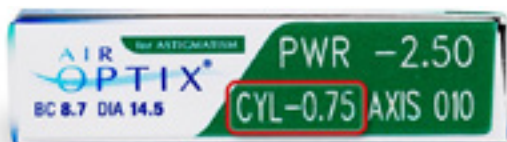
✓ **Diameter (DIA)**

Eller størrelsen på linsen. Hvis du foretrækker kontaktlinser med en bestemt diameter, så bliv ved med at bruge dem. Det er ikke den vigtigste funktion, men det kan være en smule risikabelt at bruge forskellige diametre.



✓ **Cylinder (CYL)**

Et negativt ciffer, som korrigerer hornhindens krumning.



✓ **Akse (AX)**

Den er defineret med en værdi fra 0° til 180°.



✓ **Addition (ADD)**

Den dioptriske forskel mellem din nærsynethed og din langsynethed.

Hvis du føler dig fortabt, så fortvivl ej. Ring til os gratis på tlf.: 80705858, send os en e-mail eller kontakt os på Facebook. Vi vil vende tilbage til dig så hurtigt som muligt.

Er du stadig i tvivl?

Der er mange myter, overtro og spørgsmål om kontaktlinser. Find de mest almindelige nedenfor:

Kontaktlinser og ...

... allergier

Du kan gøre alt hvad du sætter dig for. Selv hvis du er allergisk, vil kontaktlinser være lige så bekvemme som briller. Det vigtigste er, at give nok komfort til dine øjne med kvalitets øjendråber, opløsninger, eller ved at bruge dagslinser, men kun i den mest nødvendige tid.

... at rejse

Det vigtigste er at være forberedt. Køb et tilstrækkeligt lager med kvalitets opløsninger, kontaktlinser, etuier og øjendråber, som kan lindre dine øjne. Vi gentager os selv, men dagslinser vil være et godt valg, da de sparer dig for meget besvær med hygiejnen og tilbehør.

... diabetes

Der er ingen grund til at skrive lange stile om det. Hvis du har hørt, at linser ikke anbefales til diabetikere, så ignorer det. Det er en gammeldags mening.

... børn

Der er ingen grund til at børn ikke kan bruge dem. De er egnede til at korrigere øjendefekter- selv til spædbørn. Men selvfølgelig er der forhindringer, da forældre skal sikre sig at deres børn plejer kontaktlinserne godt.

... make-up

Hvis du er fan af diskret make-up, eller bare vil se den samme effekt som du ser i spejlet, så er kontaktlinser et godt valg. Du undgår den forstørrende effekt, som du får med briller med styrke, og du vil også have en bredere rækkevidde, som kan komplementere dit look. Hvis du kan lide stilfulde stel, så er det nemt at købe flere med forskellige farver sammen med linser uden recept, og spare nogle penge på glas med styrke. Har du nogensinde tænkt på hvordan det ville være hvis du kunne matche dit tøj med din make-up og din øjenfarve? Se vores udvalg af [farvede linser](#), og vi lover, at du ikke bliver skuffet. Du kan finde flere tips om make-up og kontaktlinser [her](#).

... ved havet

Ganske enkelt: Ingen grund til bekymring. Kontaktlinser er modsat briller det perfekte valg. Bare brug linser som du er vant til. Eksperimenter ikke! Det er ideelt at bruge et nyt par hver dag, (hvilket endnu engang gør dagslinser til den bedste løsning). Dette vil forhindre infektioner, og du kan til fulde nyde din ferie.

For mere information, læs venligst [vores artikel om dette emne](#) på vores blog.

... smartphones og tablets

I denne tidsalder er det meningsløst at bede nogen om at bruge mindre tid foran skærmen på deres gadgets. For de fleste af os er det en måde at slå tiden ihjel på, men samtidig også en uadskillelig del af vores arbejde. Bare rolig; at kigge på en skærm forværrer ikke dit syn. Problemet opstår når vores øjne er trætte, hvilket man nemt kan se, da de er mere tilbøjelige til at få infektioner. Giv dine øjne noget lindring i form af kvalitetslinser, en opløsning, og god hygiejne. Det er det værd!

Du kan finde flere råd om hvordan man giver lindring til trætte øjne efter brugen af smartphones og tablets [i denne artikel](#).

... at sove

Hvis du har permanente kontaktlinser som er beregnet til at sove med, så behøver du ikke at bekymre dig. Men vær forsigtig hvis du har andre slags linser. Selv hvis du ikke ser den umiddelbare effekt af at sove med linser, så vil du med tiden kunne mærke det. Og påvirkningen vil ikke være til at ændre. Men alt skal selvfølgelig gøres moderat, så tag endelig en lur med linser på hvis du vil. Hvis du gerne vil vide hvad der sker med en linse mens du sover, så læs om det [på vores blog](#).

... vinter

Der er ingen grund til bekymring. Kontaktlinser har samme temperatur som din krop, og modsat linser bliver de aldrig duggede. Du behøver heller ikke at bekymre dig om at falde og ødelægge dine linser. Du kan finde mere info. om kontaktlinser om vinteren [på vores blog](#).

Har du ikke fundet svar på dit spørgsmål? Send os en mail eller ring til os.

Hvis du har flere forespørgsler om kontaktlinser, som afholder dig fra at købe dem, så kontakt os endelig. Vi vil med glæde hjælpe. [Lentiamo.dk](https://lentiamo.dk) er her for at hjælpe dig.

Er der et udtryk relateret til kontaktlinser i denne e-bog, (eller andre steder), som du ikke forstår? Ingen grund til bekymring. Vi har sammensat en udførlig [ordliste](#). Hvis du stadig ikke kan finde et udtryk i den, så giv os besked, og vil vil tilføje det til listen så hurtigt som muligt. Husk, at du ikke er alene om at vælge linser. Vi hedder ikke [Lentiamo.dk](https://lentiamo.dk) for ingenting. Du stoler på os med dine egne øjne, og det er vi taknemmelige for. Vi vil gøre vores bedste for at sikre at alt i kontaktlinsernes verden er en leg for dig.

Med venlig hilsen,
Lentiamo.dk
Vi sidder lige i øjet



Ordbog

Du kan finde en ordliste via følgende [link](#).

Top 10 mest søgte termer

-  **Neovaskularisering**
-  **Coloboma af iris**
-  **Limbus**
-  **Cornea ødem**
-  **Diameter af kontaktlinser**
-  **Krumning af kontaktlinser**
-  **Kontinuerlig kontaktlinser**
-  **Semi-scleral-kontaktlinser**
-  **Bifokale kontaktlinser**
-  **Etuiets indpakning**

