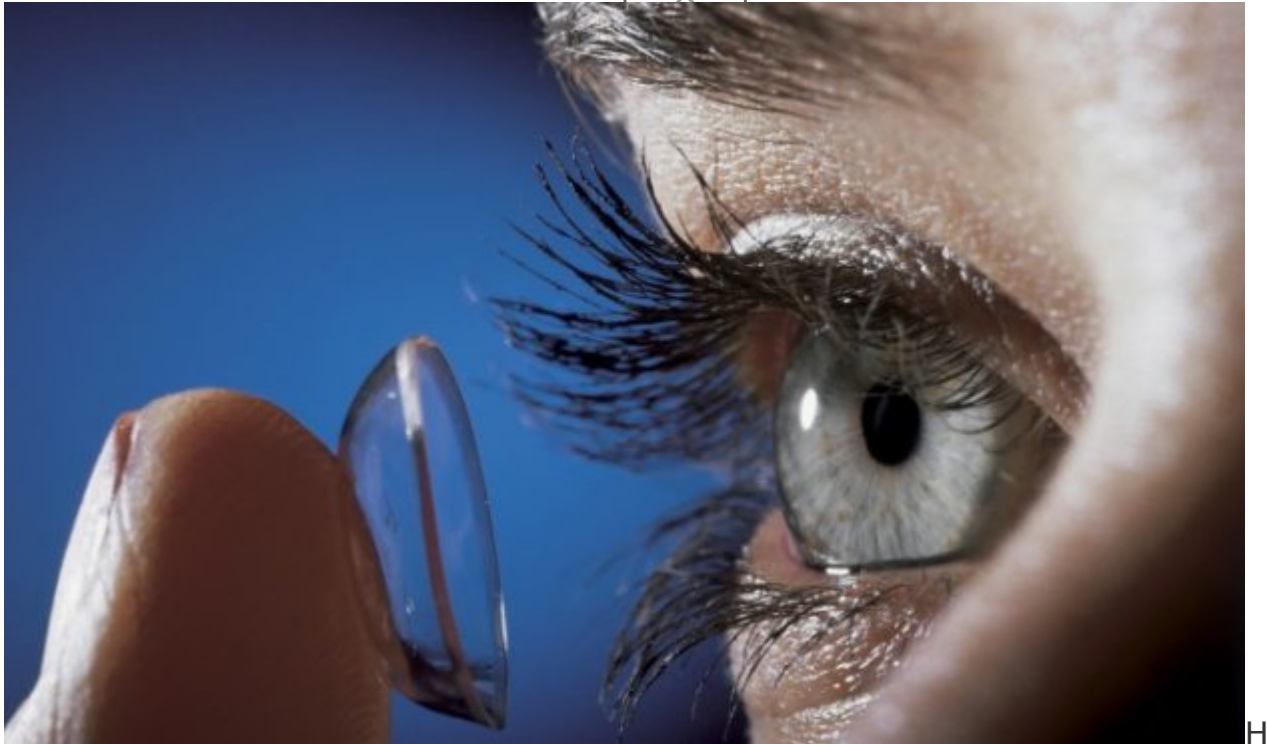


## Φακοί επαφής: Γιατί τους βάζετε λάθος - Ποιος είναι ο σωστός τρόπος (ΒΙΝΤΕΟ)

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



τοποθέτηση του φακού επαφής στο μάτι, είναι σαν το... ποδήλατο. Εάν το μάθεις να το κάνεις, δεν το ξεχνάς ποτέ. Τι γίνεται όμως όταν για πρώτη φορά αποφασίσουμε να πετάξουμε τα γυαλιά και να βάλουμε φακούς επαφής;

Σίγουρα ο οπτικός ή ο οφθαλμίατρος θα σας έχουν δείξει πώς μπαίνουν οι **φακοί επαφής**, αλλά μπροστά στον καθρέπτη του μπάνιου τα πράγματα αλλάζουν. Μας πιάνει άγχος, τα δάχτυλα μας τρέμουν, τα μάτια μας αντανακλαστικά ανοιγοκλείνουν ο φακός “γυρίζει” και μπερδεύουμε την “καλή” πλευρά με την ανάποδη και το πιθανότερο είναι ή ν’ αργήσουμε στην δουλειά μας, ή να πετάξουμε με νεύρα τους φακούς και να ξαναβάλουμε τα γυαλιά μας.

Το βίντεο που θα δείτε είναι ένας χρήσιμος “μούσουλας” για το μπαίνουν σωστά οι φακοί επαφής. Μας δείχνει βήμα-βήμα πώς γίνεται η τοποθέτηση, πού πρέπει να κοιτάμε, με ποιο δάχτυλο να πιάνουμε τον φακό, πώς να καταλαβαίνουμε ότι είναι από τη σωστή πλευρά και πώς να μην ανοιγοκλείνουμε τα μάτια μας. Να θυμάστε

πάντα ότι το Α και το Ω στην τοποθέτηση των φακών επαφής είναι τα καθαρά χέρια.

Δείτε το βίντεο για το πώς μπαίνουν σωστά οι φακοί επαφής:

Από *Μιχάλης Θερμόπουλος*

**Πηγή:** [iatropedia.gr](http://iatropedia.gr)