

使用和保养您的处方眼镜

(USING AND CARING FOR YOUR PRESCRIPTION EYEGLASSES)

如果您是第一次佩戴眼镜或您的处方有所更改，请等待 2 到 3 周的时间让您的眼睛适应新镜片。一开始，您可能会感到有些头晕、头痛，甚至有些恶心。当您转头时，墙壁似乎也跟着转动。地板可能显得比平时更近一些或更远一点。这些症状都是正常的。西雅图/金县诊所 (Seattle/King County Clinic) 无法重新制作眼镜。

眼镜保养

- 不戴眼镜时，请将眼镜放回眼镜盒中
- 戴眼镜和摘眼镜时一定要用双手
- 用肥皂和水清洗眼镜
- 用软布擦干眼镜
- 如有必要，可以到您当地的眼镜店调整您的眼镜（通常不收费）

老花镜

- 仅在需要看近处时（阅读、缝纫、写作等）佩戴

双焦点眼镜

- 坚持多戴眼镜，这样才能掌握如何使用新镜片
- 戴上眼镜时，直视前方可以看清远处的东西
- 戴上眼镜时，保持头部挺直，眼睛向下看以使用镜片的阅读区域
- 看地板或下楼梯时，低头收下巴以使用镜片的远距视区