

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所有更改，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。地板看起来可能比平时更近或更远。这些症状并不罕见。

Seattle/King County Clinic 无法重制眼镜。

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
- 用肥皂和水清洁眼镜，并彻底冲洗干净
- 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（仅限近距离使用）

- 仅在需要看近处时（阅读、缝纫、写作等）佩戴
- 不建议步行时佩戴

双焦眼镜（远视和近视）

- 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
- 戴上眼镜后，避免低头。应仅向下移动眼球，透过镜片的阅读区域视物
- 看远处时，例如看地面或下楼梯，需稍收下巴，透过镜片的远视区域视物