



Disponible en ligne sur

ScienceDirect
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

EM|consulte
www.em-consulte.com



FICHE PATIENT

Hygiène des lentilles de contact

1. Pourquoi une bonne hygiène des lentilles de contact est importante ?

Un entretien adéquat des lentilles de contact prévient les irritations de la surface oculaire et les infections cornéennes. Les irritations de la surface oculaires sont source d'inconfort et peuvent entraver pendant une longue période le port de lentilles. Quant aux infections cornéennes, elles peuvent être graves et causer la cécité [1–3].

2. Étapes pour entretenir ses lentilles de contact

- Lavez-vous et séchez-vous toujours les mains avant de manipuler les lentilles ;
- Utilisez une solution désinfectante fraîche (jamais d'eau du robinet) pour rincer et stocker les lentilles ;
- Frottez les lentilles doucement avec la solution pour éliminer les résidus. La solution peut être un produit multifonction ou un oxydant ;
- Pour les lentilles à renouvellement supérieur à un mois, une déprotéinisation doit être réalisée à l'aide d'un produit adapté.

3. Entretien de l'étui

- Remplacez la solution quotidiennement et nettoyez l'étui avec la solution, puis laissez-le sécher à l'air libre, retourné ;
- Changez l'étui tous les 3 mois ;

- Au-delà de 8 jours de conservation dans l'étui sans avoir porté les lentilles, il est recommandé de refaire un nettoyage complet avec un produit neuf avant réutilisation.

4. Conseils pour le porteur de lentilles de contact

- Évitez de porter les lentilles plus longtemps que recommandé ;
- Ne dormez jamais avec vos lentilles de contact sans avis médical ;
- Éloignez les lentilles de l'eau (baignade, douche) pour éviter la contamination ;
- Respectez les dates de péremption des lentilles et des solutions ;
- Planifiez des examens oculaires réguliers pour surveiller la santé de vos yeux.

Références

- [1] Association Tunisienne des Ophthalmologistes Contactologues [En ligne]. n.d. [cité le 19 mai 2025]. Disponible sur : <https://astoc-tn.com>
- [2] Albasheer O, Gosadi IM, Abuallut I, Khawaji FF, Almalki AJ, Muqanna AK, et al. Awareness and Hygiene Practices Among Contact Lens Wearers: A Population-Based Cross-Sectional Survey. *Cureus* 2024;16(2):e54723. doi: [10.7759/cureus.54723](https://doi.org/10.7759/cureus.54723).
- [3] Stellwagen A, MacGregor C, Kung R, Konstantopoulos A, Hossain P. Personal hygiene risk factors for contact lens-related microbial keratitis. *BMJ Open Ophthalmol* 2020;5(1):e000476. doi: [10.1136/bmjophth-2020-000476](https://doi.org/10.1136/bmjophth-2020-000476).

<https://doi.org/10.1016/j.mmifmc.2025.06.005>

2772-7432/© 2025 Published by Elsevier Masson SAS on behalf of Société de Pathologie Infectieuse de Langue Française (SPILF).