



# POMADAS OFTÁLMICAS

## consejos para un buen uso

1

Lávate bien las manos con agua y jabón y sécate.

2

Inclina levemente la cabeza hacia atrás.

3

Con el dedo índice, baja el párpado inferior para formar un hueco.



4

Con la otra mano, coge el envase con la punta hacia abajo y colócalo lo más cerca posible del párpado, pero sin que llegue a tocarlo.

5

Aprieta el envase sobre el hueco formado por el párpado inferior. La cantidad de pomada que tienes que aplicar es equivalente a un grano de arroz.



6

Para desprender la pomada sin que la punta del tubo toque el ojo, gira el envase.



7

Cierra el ojo durante unos instantes y haz un ligero masaje.

8

Cierra el envase y lávate de nuevo las manos.

## ¡Y mucho ojo!

Si te coincide la aplicación de un **colirio** y una **pomada**, comienza siempre por el colirio y espera al menos 5 minutos para aplicar la pomada.

**¡Y no compartas las pomadas con familiares o amigos!**



# POMADA OFTALMIKOAK

## behar bezala erabiltzeko gomendioak

1

Garbitu ondo eskuak ur eta xaboez, eta lehortu.

2

Bota burua atzera.

3

Hatz erakusleaz, egin tira beheko betazalari hutsarte bat sor dadin.



4

Heldu ontziari beste eskuarekin; jarri punta beheara begira duela betazaletik ahalik eta gertuen baina betazala ukitu gabe.

5

Estutu ontzia, beheko betazalean sortu den hutsartearen gainean duzunean. Arroz-ale baten adinako pomada-kantitatea eman behar duzu.



6

Tuboaren puntak begia ukitu gabe pomada askatzeko, biratu ontzia.



7

Itxi begia pixka batean, eta eman masaje leun bat.

8

Itxi ontzia eta garbitu berriz eskuak.

## Eta argi ibili!

Aldi berean **kolirio** bat eta **pomada** bat eman behar badituzu. Hasi beti kolirioa ematen, eta itxaron, gutxienez, 5 minutu pomada emateko.

Eta gogoratu pomada bera ezin duela etxeko beste inork erabili!