

Droge ogen

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op www.asz.nl/brmo.

**albert
schweitzer**

Inleiding

In deze folder leest u meer over droge ogen.

Wat zijn droge ogen

Bij droge ogen wordt er te weinig traanvocht aangemaakt of verdamt het traanvocht te snel. Hierdoor krijgt u klachten. Bijvoorbeeld branderige ogen of steken, jeuk, zandkorrelgevoel, lichtgevoeligheid, wisselend zicht, gevoel van vermoeidheid. Ook kan het oog slijm gaan afscheiden. Dit kan weer leiden tot abnormaal tranende ogen. Deze tranen als gevolg van irritatie, zijn anders dan het normale vochtlaagje dat altijd over het oog moet liggen, de 'traanfilm' genoemd. Deze overtollige tranen lossen daarom ook het probleem van de droge ogen niet op.

Wat is een traanfilm?

Er zijn eigenlijk twee soorten traanvocht. De zichtbare tranen die uit de ogen komen als u huilt of als uw ogen geïrriteerd raken. Maar er is ook onzichtbaar traanvocht dat in het oog zit. Dit traanvocht heeft een belangrijke taak, namelijk de ogen vochtig houden. Bij het knippen met de oogleden wordt het traanvocht in een dun laagje gelijkmatig verdeeld over het oog. Dit dunne laagje noemt men de 'traanfilm'. De traanfilm houdt het oog glad en beschermt het oog tegen de buitenlucht. Deze traanfilm is samengesteld uit: een olie-achtige laag, een waterige laag en een slijmachtige laag.

Wat zijn de oorzaken van droge ogen?

Er zijn vele oorzaken voor droge ogen.

- Eén van de laagjes van de traanfilm ontbreekt of is onvoldoende.
- De traanklier maakt minder tranen aan.
- Te weinig knipperen met de oogleden.
- Leeftijd.
- Bepaalde ziekten.
- Als bijwerking van bepaalde medicijnen.
- De omgeving zoals airconditioning die traanfilm sneller laat verdampen.

De oogarts kan met onderzoek meestal vaststellen wat bij u de oorzaak is.

Onderzoek

Met een 'spleetlamp'-onderzoek kan de oogarts met kleurstofdruppels de traanfilm beoordelen. Ook kan de hoeveelheid traanvocht gemeten worden met een strookje vloeipapier in het onderste ooglid.

Behandeling

De behandeling van droge ogen is niet eenvoudig omdat het meestal niet lukt de oorzaak van de droge ogen weg te nemen. In ieder geval is het belangrijk om te proberen de irritatie zoveel mogelijk te verminderen.

De behandeling kan de aandoening niet genezen, maar vermindert wel de klachten. Soms moet de behandeling jaren lang doorgaan.

Bevochtigen van de ogen

Eén manier van behandelen is het toevoegen van kunstmatig traanvocht. Dit kan met kunsttranen, oogzels of oogzalven. Dit vormt een aanvulling op uw eigen tranen.

Plugjes

Een andere mogelijkheid om de klachten te verminderen is door het aanwezige traanvocht zolang mogelijk vast te houden. Dit kan door speciale plugjes in de traanpunten van het onderooglid te plaatsen. De afvoer van de tranen vermindert hierdoor. We noemen dit punctumplugs. Dit wordt alleen gebruikt als de afwijking ernstig genoeg is en het niet op een andere manier verholpen kan worden.

Voor het inbrengen van de punctumplugs wordt een aparte afspraak gemaakt. De behandeling wordt op poliklinische behandelkamer gedaan. U krijgt een druppeltje verdoving in de ogen en daarna worden de plugjes in de traanpunten geplaatst van de onderste oogleden. De behandeling duurt ongeveer 10 minuten.

Na het plaatsen van de plugjes

U krijgt geen oogverband en u kunt uw dagelijkse werkzaamheden direct weer hervatten.

U krijgt geen controle afspraak, behalve als de dokter dit zelf aangeeft. Als u klachten krijgt na de behandeling mag u altijd de polikliniek Oogheelkunde bellen.

De plugjes blijven op uit zichzelf op zijn plek zitten. Soms vallen ze er na een poosje vanzelf uit. Het is dan mogelijk ze opnieuw terug te plaatsen. U belt de polikliniek Oogheelkunde om een afspraak te maken.

Het resultaat van de punctumplugs merkt u doordat de ogen minder droog voelen. U minder hoeft te druppelen.

Wat kunt u zelf doen?

Als u heeft gemerkt dat u onder bepaalde omstandigheden méér klachten heeft, probeer dan deze omstandigheden te veranderen of te vermijden. U kunt voorkomen dat het traanvocht te snel verdampt door de luchtvochtigheid in uw huis te verbeteren. Dit kunt u doen met waterbakken aan de verwarming te hangen of door de aanschaf van een luchtbevochtiger.

Buiten kunt u een speciale (fiets-) bril dragen. Deze is aan beide zijkanten afgesloten. Het zorgt ervoor zorgen uw ogen door de wind niet te veel uitdrogen. U kunt zo'n bril bij een opticien kopen.

Vermijd extra droogte of irritatie van een haarföhn, een ventilator, een voorruit-ventilator in de auto ('blower') en rook.

Soms kan een luchtreiniger in huis helpen.

Let op dat u voldoende water drinkt en genoeg groentes en fruit per dag eet.

Als u vooral na het slapen last heeft van droge ogen, vraag dan aan uw partner of u uw ogen tijdens het slapen wel goed sluit. Sommige mensen slapen met hun ogen half open. Als u uw ogen niet goed sluit, geef dit dan door aan uw oogarts.

Tot slot

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u van maandag t/m vrijdag tussen 08.00-16.30 uur bellen met de polikliniek Oogheekunde.

Ook voor het maken of verzetten van een afspraak bij de polikliniek Oogheekunde, belt u naar tel. (078) 654 12 33.

Geef hier uw mening over deze folder: www.asz.nl/foldertest/

Deze folder is mede tot stand gekomen dankzij de foldercommissie van het Nederlands Oogheekundig Gezelschap.

Albert Schweitzer ziekenhuis
juni 2021
pavo 0385