

Convergentie- insufficiëntie

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

informatie

Inleiding

Als u naar een voorwerp op korte afstand kijkt, bewegen uw ogen zich richting uw neus. Deze beweging noemen we 'convergentie'. Het is belangrijk voor lezen, schrijven, werken op de computer, handwerk etc. Als u niet of met moeite met beide ogen tegelijk het puntje van uw neus kunt zien, spreken we van een convergentie-insufficiëntie.

Wat zijn de oorzaken van convergentie-insufficiëntie?

Een convergentie-insufficiëntie kan worden veroorzaakt doordat uw binnenste oogspieren niet sterk genoeg zijn. U kunt uw ogen niet ver genoeg naar uw neus bewegen of u kunt uw ogen niet lang genoeg naar uw neus gericht houden. Ook kunnen uw ogen problemen hebben om samen te werken.

Convergentie-insufficiëntie kan spontaan ontstaan of door andere aandoeningen veroorzaakt worden, zoals bijvoorbeeld een whiplash.

Klachten

Door convergentie-insufficiëntie kunnen verschillende klachten ontstaan:

- Hoofdpijn. Dit komt door de extra inspanning van uw ogen. Meestal krijgt u hoofdpijn tijdens of na werkzaamheden op korte afstand, zoals lezen en beeldschermwerk. Vaak voelt u de hoofdpijn aan de voorzijde van uw hoofd en boven uw ogen.

- Wazig zien, dubbelzien of het door elkaar lopen van de letters. Eén oog draait niet of onvoldoende in de richting van uw neus en 'kijkt' dus een andere kant op. Vaak wordt –onbewust– één oog dichtgeknepen bij werkzaamheden dichtbij.

De ernst van de klachten is afhankelijk van de mate van de convergentie-insufficiëntie en van uw dagelijkse werkzaamheden.

De behandeling

De orthoptist adviseert welke behandeling u nodig heeft. Vaak krijgt u oefeningen voorgeschreven om het kijken op korte afstand te verbeteren. In het begin kunt u door de oefeningen juist (extra) klachten krijgen, zoals hoofdpijn of een vermoeid gevoel. Dit is vergelijkbaar met spierpijn na het sporten.

Het is de bedoeling dat u de oefeningen vaak en kort uitvoert. Te lang achter elkaar oefenen geeft juist extra klachten. Het is daarom belangrijk dat u de adviezen van de orthoptist opvolgt.

Als oefeningen niet genoeg verbetering geven, kan een speciale (lees-)bril met prismaglazen misschien de resterende klachten verminderen. De prismaglazen zorgen dat er een enkel en scherp beeld ontstaat. Het nadeel van een prismabril kan zijn, dat uw ogen hierdoor het vermogen om te convergeren nog meer verliezen. Hierdoor zijn soms steeds sterkere prisma's nodig of kan een oogspieroperatie nodig zijn om de oogstand en de samenwerking tussen uw ogen te verbeteren of te behouden.

Tot slot

Bij de meeste patiënten helpen de oefeningen voldoende om weer klachtenvrij te zijn. Een convergentie-insufficiëntie blijft 'een zwakke plek', waardoor het nodig is om regelmatig de oefeningen te blijven doen.

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u deze het best aan uw oogarts of orthoptist stellen. U kunt daarvoor tijdens kantooruren bellen naar de polikliniek Oogheelkunde. Ook voor het maken of verzetten van een afspraak bij de polikliniek Oogheelkunde, belt u voor alle locaties naar tel. (078) 654 12 33.

Voor meer informatie kunt u ook kijken op de website www.oogartsen.nl

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

Albert Schweitzer ziekenhuis
november 2019
pavo 0671