

# Droge ogen

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op [www.asz.nl/brmo](http://www.asz.nl/brmo).

# informatie



# Inleiding

In deze folder leest u meer over droge ogen.

## Wat zijn droge ogen

Bij sommige mensen wordt niet genoeg traanvocht aangemaakt om hun ogen voldoende vochtig te houden. Het gevolg is dat u klachten krijgt. 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 rollen 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 van 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 drie bestanddelen: een olie-achtige laag, een waterige laag en een slijmachtige laag.

# Wat zijn de oorzaken van droge ogen?

Er zijn vele oorzaken mogelijk voor droge ogen.

- één van de laagjes van de traanfilm ontbreekt of is onvoldoende;
- te weinig knipperen met de oogleden;
- leeftijd kan een rol spelen;
- bepaalde ziekten gaan gepaard met droge ogen;
- als bijwerking van bepaalde geneesmiddelen.
- de omgeving zoals airconditioning die traanfilm sneller doet verdampen.

De oogarts zal door middel van onderzoek (meestal) kunnen vaststellen wat bij u de oorzaak is.

## Onderzoek

Met een 'spleetlamp'-onderzoek kan de oogarts met kleurstofdruppels de traanfilm beoordelen. Ook kan hij de hoeveelheid traanvocht meten met een strookje vloeipapier onder 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. Eén manier is het toevoegen van kunstmatig traanvocht. Dit kan met kunsttranen, oogzels of oogzalven. Dit vormt een aanvulling op uw eigen tranen.

Een andere mogelijkheid om de irritatie te verminderen is door het aanwezige traanvocht zolang mogelijk vast te houden. Dit kan door een soort plugjes in de traanpunten van het onderooglid te zetten waardoor als het ware de afvoer van de tranen verminderd wordt. Deze laatste methode wordt alleen gebruikt als de afwijking ernstig genoeg is en het niet op een andere manier verholpen kan worden. De behandeling, die meestal jaren moet worden voortgezet, kan de ziekte niet genezen, maar vermindert wel de irritatie.

## **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 radiatoren van de centrale verwarming of door de aanschaf van een luchtbevochtiger.

Buiten kan een speciale (fiets-) bril die aan beide zijanten is afgesloten, ervoor zorgen dat uw ogen door de wind niet te veel uitdrogen.

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

Sommige mensen hebben baat bij een luchtreiniger in huis.

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

Wilt u uw mening geven over deze folder? Dat kan hier:  
[www.asz.nl/foldertest/](http://www.asz.nl/foldertest/)

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



Albert Schweitzer ziekenhuis  
juni 2019  
pavo 0385