



Droge ogen

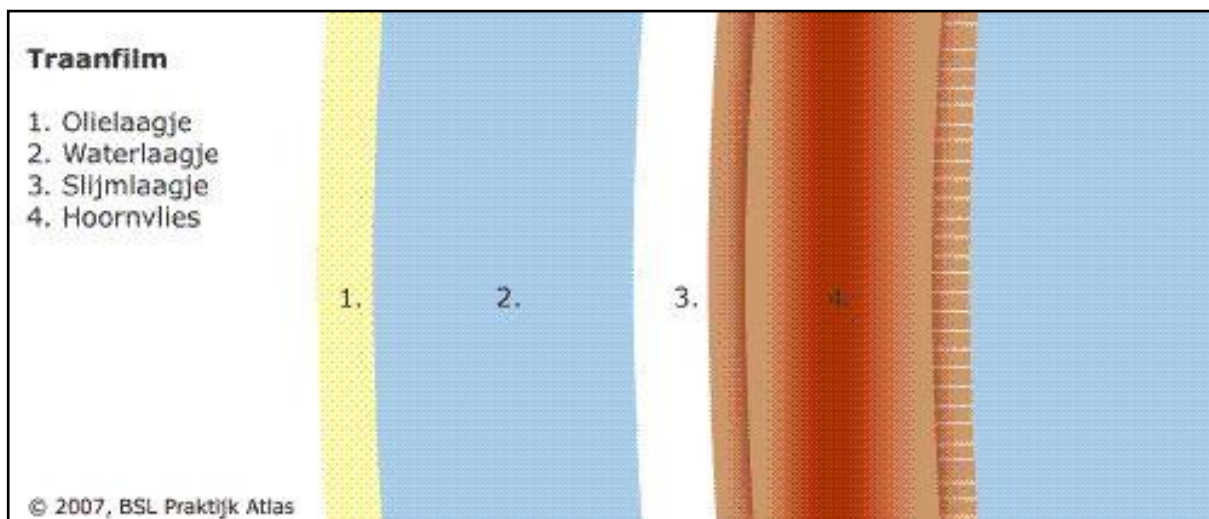
In deze folder vindt u informatie over droge ogen. U leest wat het hebben van droge ogen inhoudt, de verschijnselen en de behandeling. Leest u de folder goed door en bewaar het zodat u het later nog eens terug kan lezen.

Wat zijn droge ogen?

Sommige mensen produceren niet genoeg traanvocht of traanvocht van een slechte kwaliteit om hun ogen goed vochtig te houden. Het gevolg is dat de ogen gaan branden en steken of slijm gaan afscheiden. Soms leidt dit weer tot een teveel aan tranen. Deze tranen zijn echter niet van een goede samenstelling, zodat er geen goede laag tranen op het oog ontstaat en het oog kwetsbaar wordt voor uitdroging.

Wat is een traanfilm?

Traanvocht heeft als belangrijkste functie het oog vochtig te houden. Wanneer u knippert, wordt het traanvocht in een dun laagje gelijkmatig verdeeld over het oog. Dit dunne laagje noemt men de "traanfilm" en houdt het oog glad en beschermt het tegen de buitenlucht. Deze traanfilm is samengesteld uit drie bestanddelen: een olieachtige laag, een waterige laag en een slijmachtige laag. Het olieachtige buitenste laagje van de traanfilm wordt geproduceerd door kleine kliertjes in de oogleden, de kliertjes van Meibom, en voorkomt dat het traanvocht te snel verdampt. Het waterige middelste laagje wordt geproduceerd door de traanklier die ligt in de oogkas boven de buitenste ooghoek, en wast het oog schoon van vuil en stof. De slijmachtige binnenste laag van de traanfilm komt uit kleine kliertjes in het bindvlies van het oog en moet ervoor zorgen dat de waterige laag zich gelijkmatig over het oog verdeelt en zich er goed aan vasthecht.



Wat zijn de oorzaken van droge ogen?

Men praat over droge ogen als de traanproductie in hoeveelheid of samenstelling niet voldoende is om bescherming van het oog te geven. Verschillende oorzaken kunnen hieraan ten grondslag liggen:

- Allergie
- Leeftijd
- Algemeen lichamelijke aandoeningen, zoals de ziekte van Sjögren, hormonale afwijkingen
- Geneesmiddelen
- Afwijkingen aan de oogleden of het bindvlies
- Weinig of slechte knipperbeweging of slapen met halfopen ogen, bijvoorbeeld bij een aangezichtsverlamming

Onderzoek

Een oogarts kan in de meeste gevallen de oorzaak opsporen en dan de juiste behandeling geven. Twee testen kan de oogarts zelf uitvoeren:

- Schirmertest: het meten van de hoeveelheid tranen; dit gebeurt door de ogen te verdoven en dan een papierstrookje in de ogen te plaatsen, waarna er na 5 minuten gekeken wordt hoever de tranen in het papierstrookje gelopen zijn.
- Test voor de kwaliteit van de tranen, deze kwaliteit wordt ook wel de "break-up time"(BUT) genoemd. Hierbij wordt er met fluoresceïne gekeken naar de mate van verdamping van de traanfilm.

Verder kunt u naar een andere specialist, zoals internist of reumatoloog, gestuurd worden voor nader onderzoek naar de mogelijk onderliggende oorzaak.

Behandeling

Behandeling is meestal niet eenvoudig, omdat het lang niet altijd lukt de oorzaak van de droge ogen weg te nemen. Als het probleem wordt veroorzaakt door een ontsteking van de oogleden dan wordt deze eerst behandeld. Als de traanklier of het bindvlies van het oog door een ziekte onherstelbaar beschadigd is, dan is het van belang te proberen de irritatie zoveel mogelijk te verminderen. Dit kunt u doen door kunstmatig traanvocht toe te voegen of door het aanwezige traanvocht zo lang mogelijk vast te houden. Het eerste doet u met behulp van "kunsttranen" of een gel die een aanvulling vormen op de eigen tranen, er zijn vele soorten te verkrijgen. Het zo lang mogelijk vasthouden van het aanwezige traanvocht kan op verschillende manieren gebeuren. U kunt een speciale beschermende bril dragen om de

verdamping tegen te gaan, of het kan nodig zijn om het traan afvoerkanaaltje tijdelijk of permanent af te sluiten.

Wat kunt u zelf doen?

Als u heeft gemerkt dat u onder bepaalde omstandigheden méér klachten heeft, probeer dan deze omstandigheden te veranderen.

- U kunt voorkomen dat het traanvocht te snel verdampt door de luchtvochtigheid in huis te verbeteren. Dit kunt u doen met behulp van waterbakken aan de verwarming of door de aanschaf van een luchtbevochtiger.
- Buiten kan een speciale (fiets)bril die aan de zijkanten is afgesloten er voor zorgen dat de ogen door de wind niet te veel uitdrogen.
- Vermijd zaken die extra droogte of irritatie geven, zoals een föhn, een ventilator, airconditioning of rook, of druppel extra.
- Ook het dragen van contactlenzen kan bij droge ogen grote problemen geven.
- Regelmatig oogdruppels gebruiken, volgens de aanwijzingen van de oogarts en de ogen laten controleren door de oogarts kan complicaties voorkomen.

Vragen en telefoonnummers

Het is belangrijk dat u juiste en duidelijke informatie krijgt. Heeft u na het gesprek met uw arts en het lezen van deze folder nog vragen? Stel deze dan gerust. Schrijf uw vragen van tevoren op zodat u niets vergeet.

- Poli oogheelkunde, tussen 8.00 – 12.00 uur en 13.00 – 16.00 uur (023) 224 0120
- Bij spoed, buiten kantooruren en in het weekend belt u met
 - Spoedeisende hulp Hoofddorp (023) 224 6880
 - Spoedeisende hulp Haarlem Zuid (023) 224 4880

Voor meer informatie kijkt u op: www.oogartsen.nl

Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord

Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl