

Droge ogen

Oogheelkunde



Beter voor elkaar

Wat zijn droge ogen?

Normaal gesproken moet er over het oog altijd een laagje vocht liggen, dit heet traanfilm. Bij droge ogen is er iets mis met dit vochtlaagje. De traanfilm is er voor om het oog glad te houden en te beschermen tegen de buitenlucht.

De traanfilm bestaat uit drie lagen: een olieachtige laag, een waterige laag en een slijmachtige laag.

- Het olieachtige buitenste laagje van de traanfilm wordt gemaakt door kleine kliertjes in de oogleden. De functie is voorkomen dat het traanvocht te snel verdamppt.
- Het waterige middelste laagje wordt geproduceerd door de traanklier. Deze waterige laag heeft de taak het oog schoon te wassen van vuil en stof.
- De slijmachtige binnenste laag van de traanfilm komt uit kleine kliertjes in het bindvlies van het oog en moet er voor zorgen dat de waterige laag zich gelijkmatig over het oog verdeelt en zich er goed aan vasthecht.

Elke keer dat u met uw ogen knippert, wordt het traanvocht in een dun laagje goed verdeeld over het oog. Als één van de laagjes van de traanfilm er niet of onvoldoende is, ontstaan droge ogen. U krijgt dan last van één of meer van de volgende symptomen (verschijnselen):

- branderige ogen;
- gevoel dat er zand in uw ogen zit;
- stekende ogen;
- rode ogen;
- slijmafscheiding uit de ogen;
- overmatig tranende ogen;
- wisselend zicht.

Het overmatig tranen van de ogen komt vaak doordat de ogen juist geïrriteerd zijn door droge ogen. Bij overmatig tranen zijn de geproduceerde tranen te waterig van samenstelling en hierdoor lossen ze de problemen van droge ogen niet op. Bij droge ogen ontstaat er een onregelmatig oppervlakte van het hoornvlies. Hierdoor breekt het licht wat op je oog valt niet goed naar binnen, wat er voor kan zorgen dat het zicht minder wordt. Als er langdurig problemen zijn van droge ogen kunnen er oppervlakkige beschadigingen van het hoornvlies ontstaan. Dit kan volledig verdwijnen als de droge ogen behandeld worden.

Oorzaken

Droge ogen hebben verschillende oorzaken. De volgende punten kunnen van invloed zijn:

- ontsteking van de ooglidranden (meest voorkomend);
- leeftijd: oudere mensen hebben meer kans op droge ogen;
- hormonale veranderingen;
- dragen van contactlenzen;
- gebruik van bepaalde geneesmiddelen;
- bepaalde auto-immuunziekten zoals de ziekte van Sjögren of andere reumatische aandoeningen;
- te weinig of slechte knipperbewegingen bij de ziekte van Parkinson.

Er zijn meer factoren die een rol spelen. Zoals een lage luchtvochtigheid die ontstaat door droge lucht met airco of verwarming aan. Ook een stoffige omgeving kan van invloed zijn.

Daarnaast krijgen steeds meer mensen last van droge ogen door het langdurig kijken naar een beeldscherm.

Onderzoek

Om de diagnose (wat u precies heeft) 'droge ogen' te krijgen, onderzoekt de arts u met een spleetlamp. De oogarts kan hiermee goed naar uw oog kijken en de traanfilm beoordelen. Daarna kunnen zo nodig nog testen gedaan worden om extra informatie te krijgen. Zo kan de oogarts met behulp van een kleurstof kijken hoe snel de traanfilm opdroogt. De hoeveelheid traanvocht die het oog produceert wordt gemeten met de Schirmertest.

Voor de Schirmertest wordt een papieren strookje in het oog gehangen om de traanhoeveelheid te meten. Normaal gesproken worden beide ogen tegelijk getest. In de meeste gevallen bestaat de test uit het inbrengen van een klein strookje papier. Deze wordt in het onderste ooglid 'gehangen'. De ogen moeten daarna vijf minuten gesloten te blijven. Vervolgens worden de strookjes uit het oog gehaald en wordt de hoeveelheid traanvocht afgelezen.

Soms wordt een verdovende oogdruppel ingebracht voordat de test wordt uitgevoerd. Dit omdat de papieren strookjes het oog kunnen irriteren. Nadeel van de verdovingsdruppels is dat het de uitslag van de test kan beïnvloeden.

Adviezen bij droge ogen

Het is bij droge ogen belangrijk dat u uitdroging en irritatie van de ogen zoveel mogelijk vermijdt. U kunt voorkomen dat het traanvocht snel verdampt door de luchtvochtigheid in huis te verbeteren, bijvoorbeeld met waterbakken aan de verwarming of door de aanschaf van een luchtbevochtiger. Ook is het goed om planten in huis te hebben. Vermijd voor zover mogelijk dingen die extra droogte of irritatie geven, zoals een ventilator, airco of rook.

Probeer niet te lang naar een beeldscherm te kijken. Als u voor uw werk veel naar een beeldscherm kijkt, raden wij u aan regelmatig goed te knipperen met uw ogen. Zo blijft de bevochtiging van uw ogen op gang.

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. Een ontsteking is een veel voorkomende oorzaak en is vaak erg hardnekkig en kan steeds terugkomen.
- 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 kan gedaan worden door kunstmatig traanvocht toe te voegen met behulp van 'kunsttranen' of een gel die een aanvulling vormen op de eigen tranen. Een andere optie is het aanwezige traanvocht zo lang mogelijk vast te houden. Dit kan op verschillende manieren gedaan worden. Er kan een beschermende bril gedragen worden om de verdamping tegen te gaan, maar ook kan de traanbuis tijdelijk of permanent worden dichtgemaakt. Dit wordt gedaan door middel van traanpluggen (punctum plug).
- Een enkele keer worden speciale contactlenzen (bandagelenzen en scleralenzen) gebruikt om beschadigingen van het hoornvlies te behandelen.
- Soms biedt een kleine ingreep aan de oogleden een oplossing. Door die operatie kan het oog het traanvocht beter vasthouden of sluiten de ogen weer beter.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u deze stellen aan uw behandelend oogarts of contact opnemen met de polikliniek Oogheelkunde (010) 297 53 80.



Let op: In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Please note: This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

Dikkat: Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

Uwaga: Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

انتبه: هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.