

Droge ogen

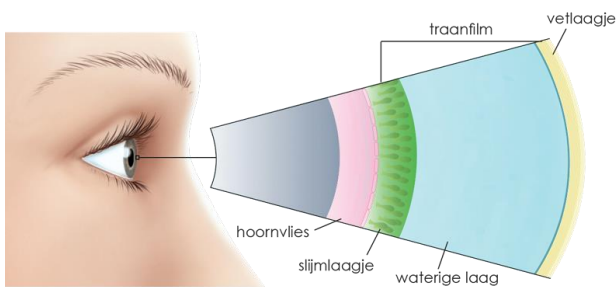
Deze folder geeft u informatie over droge ogen. Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.

Traanfilm

Uw oogoppervlak bevat een beschermlaagje dat gedurende de dag verversd wordt tijdens elke knipperslag. Dit waterlaagje op het oog wordt ook wel de traanfilm genoemd. De traanfilm bestaat uit drie lagen, van binnen naar buiten:

- Slijmlaagje
- Waterlaagje
- Vetlaagje

Het slijmlaagje zorgt voor een goede hechting met het oogoppervlak. De waterlaag bevat voornamelijk zuurstof en afweerstoffen. Het vetlaagje zorgt ervoor dat uw tranen niet te snel verdampen.



Bron afbeelding: [Zien.be/nl/oogbehandelingen/droge-ogen](https://zien.be/nl/oogbehandelingen/droge-ogen)

Oorzaak

Droge ogen ontstaan als de traanfilm een slechte kwaliteit heeft. Dit kan komen door te weinig aanmaak van traanvocht (waterlaagje) of wanneer de traanfilm te snel verdampt (vetlaagje). Het vetlaagje van de traanfilm wordt geproduceerd door kliertjes (klieren van Meiboom) die in de bovenste en onderste oogleden zitten. Wanneer deze kliertjes minder goed werken, is het vetlaagje van de traanfilm niet meer intact, waardoor de tranen makkelijker verdampen.

Droge ogen komen vaker voor bij vrouwen dan bij mannen en het komt vaker voor naarmate we ouder worden. Hormonale veranderingen kunnen droge ogen geven.

Sommige medicijnen geven als bijwerking droge ogen, bijvoorbeeld antidepressiva, bloeddruk medicatie en plastabletten.

Een droge omgevingslucht (door centrale verwarming of airconditioning) geeft sneller kans op droge ogen, evenals veel beeldschermwerk.

Tot slot geven bepaalde auto-immuunziekten meer kans op het krijgen van droge ogen.

Symptomen van droge ogen

De klachten die u kunt ervaren variëren van persoon tot persoon. Soms zijn de klachten 'wat vervelend'; anderen hebben ernstigere klachten en hebben moeite met hun dagelijks functioneren (bijvoorbeeld computerwerk, lezen, puzzelen of autorijden). U kunt last hebben van één of meerdere van onderstaande symptomen:

- Rode ogen
- Pijn
- Tranende ogen
- Vermoeide ogen
- Minder scherp zien/wisselend zicht hebben
- Jeuk
- Het gevoel hebben alsof er iets in het oog zit
- Lichtgevoeligheid
- Contactlenzen slecht verdragen
- Geïrriteerde ogen door wind, rook, koude lucht, etc.

Behandeling

Kunsttranen

Door middel van het kunstmatige toedienen van druppels kunt u de hoeveelheid traanvocht verhogen. Er zijn verschillende soorten en merken in druppelvorm, gels of zalf verkrijgbaar. Over het algemeen wordt geadviseerd deze naar behoefte te gebruiken.

Punctumplugs

Met een punctumplug kunnen we het afvoerkanaaltje waar de tranen in wegvloeien tijdelijk dichtmaken. Hierdoor vloeit er minder traanvocht af en nemen de

Droge ogen

klachten in de meeste gevallen af. Deze behandeling wordt uitgevoerd als kunsttranen onvoldoende helpen en er bij oogonderzoek weinig oogvocht waarneembaar is.

Omgevingsfactoren verbeteren

U kunt zelf een aantal simpele aanpassingen uitvoeren, waardoor uw klachten kunnen verminderen:

- Frequent en bewust knipperen verbetert de kwaliteit van de traanfilm.
- Vermijden van ruimtes met een droge lucht, zoals ruimtes waar airconditioning aan staat.
- Vermijden van ruimtes waar gerookt wordt.
- Het verbeteren van de luchtvochtigheid door bijvoorbeeld het plaatsen van waterbakken aan de verwarming.

Ooglidhygiëne

Wanneer na onderzoek blijkt dat de kliertjes in de ooglidranden minder goed functioneren, dan is een goede ooglidhygiëne belangrijk. Zie hiervoor onze folder 'Blefaritis en Meibomitis'.

Overige

In ernstige gevallen worden soms ontstekingsremmende druppels voorgeschreven door de oogarts. Ook kan hierbij een bandagelens, scleralens of kappenbril uitkomst bieden.

Contact opnemen met de polikliniek Oogheelkunde

- Als u meer pijn krijgt.
- Als er een zwelling optreedt.
- Als het oog roder wordt.
- Als u wazig gaat zien en het met knipperen niet wegtrekt.
- Als u gevoeliger wordt voor licht.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek Oogheelkunde via:

T: 088 125 00 00

E: oogheelkunde.optometrie@adrz.nl