



DROGE OGEN

INHOUD

01	Inleiding	4
02	Diagnose	4
03	Klachten	5
04	Oorzaken	5
05	Behandeling	6
06	Wat kunt u zelf doen?	7
07	Meer info	7

01 INLEIDING

In deze brochure krijgt u uitleg over de oorzaken van droge ogen en leggen we uit wat u kunt doen om de klachten te verminderen. Hebt u na het lezen nog vragen? Spreek dan zeker uw arts aan.

02 DIAGNOSE

Ogen worden droog wanneer onvoldoende traanvocht wordt aangemaakt of het traanvocht van onvoldoende kwaliteit is en daardoor sneller verdampt. Vaak speelt een combinatie van beide problemen en kunnen we er geen onderscheid tussen maken.

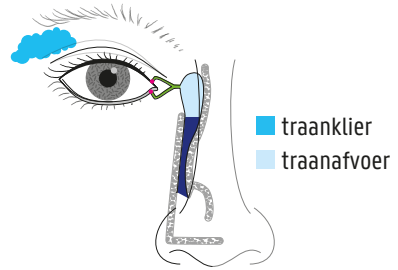
Traanvocht heeft een aantal belangrijke functies:

- ▲ het oog beschermen tegen uitdroging en infecties
- ▲ het hoornvlies voeden
- ▲ het hoornvlies egaliseren

03 KLACHTEN

Droogheid kan hinderlijke klachten veroorzaken, zoals:

- ▲ prikkelende ogen
- ▲ branderig gevoel aan de ogen
- ▲ rode ogen
- ▲ vermoeid gevoel aan de ogen
- ▲ wazig zien
- ▲ slijmvorming in de ogen



Droge ogen is een chronische aandoening: de klachten verdwijnen nooit helemaal, al wisselt de intensiteit wel. Perioden zonder klachten kunnen afwisselen met perioden waarin de klachten toenemen. Dit kan te maken hebben met de omgeving, maar heeft niet altijd een duidelijke oorzaak.

Droge ogen kunnen ook traanklachten veroorzaken. Door de uitdroging van het hoornvlies geeft het oog een signaal aan de traanklier om tijdelijk meer traanvocht aan te maken (paradoxaal droog oog). De traanafvoer kan deze grotere hoeveelheid traanvocht niet aan en het oog begint te tranen.

04 OORZAKEN

De meest voorkomende oorzaken van droge ogen zijn:

- ▲ **Leeftijd:** Hoe ouder u bent, hoe minder traanvocht uw traanklier produceert. Dat is normaal.
- ▲ **Uitdroging door uitwendige oorzaken:** Ogen kunnen uitdrogen door externe factoren zoals wind en droge lucht (denk aan ruimtes met airconditioning en/of centrale verwarming). Ook zachte contactlenzen doen de ogen sneller uitdrogen.
- ▲ **Taanvocht van onvoldoende kwaliteit:** In de ooglidranden zitten kliertjes die stoffen aanmaken die belangrijk zijn voor de stabiliteit van de traanfilm. Als de ooglidranden ontstoken zijn, werken deze kliertjes niet goed. Deze ontsteking heet blepharitis (lees er meer over in de brochure over blepharitis).
- ▲ **Te weinig of onvolledig knipperen met de oogleden:** Door ingespannen kijken of staren (lezen, computerscherm, knutselen) kunt u te weinig of onvolledig met de oogleden knipperen.

- ▶ **Hormonale veranderingen:** Hormonen spelen een rol bij de productie en kwaliteit van het traanvocht. Als uw hormonen veranderen, bv. tijdens de menopauze, kunt u last krijgen van droge ogen.
- ▶ **Medicijngebruik:** Een aantal medicijnen kunnen droge ogen veroorzaken, bijvoorbeeld anti-histaminica, betablokkers, diuretica, antidepressiva en anticholinergica.
- ▶ **Ongevoelig hoornvlies:** Bij een ongevoelig hoornvlies krijgt de traanklier een minder sterk signaal om traanvocht aan te maken. Een ongevoelig hoornvlies kan ontstaan door lang contactlenzen te dragen of als gevolg van bepaalde oogziekten of neurologische aandoeningen.
- ▶ **Auto-immuunziekten:** Bij auto-immuunziekten richt het afweersysteem zich tegen het eigen lichaam. Een aantal auto-immuunziekten veroorzaakt ook droge ogen, nl. de ziekte van Sjögren, de ziekte van Crohn en andere reumatische aandoeningen.

05 BEHANDELING

Droge ogen zijn niet te genezen, omdat de oorzaak meestal niet kan worden weggenomen. Het doel van de behandeling is dus om uw klachten te verminderen. Uw arts zal met u bespreken welke behandeling voor u het meest geschikt is.

Kunsttranen

Een kunsttraan is een bevochtigende oogdruppel. Het is een aanvulling bij uw eigen traanvocht. Er bestaan vele soorten kunsttranen, met verschillende stoffen en volumes, variërend van druppels tot gel. Uw arts zal samen met u bekijken welke kunsttranen voor u het meest geschikt zijn.

U moet deze kunsttranen 4 tot 6 keer per dag in uw ogen druppelen (tenzij uw arts dit anders voorschrijft). De kunsttranen genezen droge ogen niet, maar verzachten en verminderen de klachten. Het is belangrijk dat u de kunsttranen blijft gebruiken, ook wanneer uw klachten minder uitgesproken zijn.

Medicijnen

Als uw droge ogen veroorzaakt worden door medicijnen die u gebruikt, is het soms mogelijk om deze medicijnen te stoppen of om te zetten naar een ander medicijn. Doe dit altijd in overleg met uw huisarts of specialist.

Behandeling (oog)ziekten

Wanneer droge ogen veroorzaakt worden door een (oog)ziekte, wordt de ziekte behandeld.

Punctum plugs

Bij een zeer lage traanproductie kan uw arts in overleg met u besluiten om de traanafvoer in uw oogleden af te sluiten met een silicone plugje of 'punctum plug'. Zo blijft het traanvocht dat er nog is in het oog. Deze ingreep gebeurt poliklinisch.

06 WAT KUNT U ZELF DOEN?

U kunt ook zelf een aantal dingen doen om de klachten te verminderen:

- ▲ Knipper bewust vaak met uw ogen wanneer u leest of naar een beeldscherm kijkt.
- ▲ Vermijd situaties en omgevingen waar u last heeft van droge ogen, bijvoorbeeld rokerige ruimtes, ruimtes met airconditioning (denk ook aan de auto) en/of het dragen van contactlenzen.
- ▲ Verhoog de luchtvochtigheid in huis met een luchtbevochtiger.
- ▲ Draag een beschermende bril wanneer u naar buiten gaat, zoals een fietsbril die aan de zijkanten is afgesloten. Zo vermindert de verdamping en uitdroging.

07 MEER INFO

Hebt u na het lezen van deze brochure nog vragen, noteer ze dan en stel ze bij uw volgende afspraak. U kunt de dienst Oogheelkunde ook bellen op tel. 09 332 23 06.

Dienst Oogheelkunde

Ingang 69, route 690

T +32 (0)9 332 23 06

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het UZ Gent.

Met dank aan het Oogziekenhuis Rotterdam

Universitair Ziekenhuis Gent

C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent

T +32 (0)9 332 21 11 | E info@uzgent.be

www.uzgent.be

Volg ons op

