



Droge ogen

Droge ogen

Traanvocht beschermt het oog tegen uitdroging en is belangrijk voor de afweer van bijvoorbeeld een vuiltje of zand. Bij elke keer knippen wordt het traanvocht in een dun laagje over het oog verdeeld (traanfilm). Een goede traanfilm is van groot belang om scherp en stabiel te zien.

Waaruit bestaat een traanfilm?

De traanfilm bestaat uit drie bestanddelen.

✓ Een buitenste olieachtige laag

Het olieachtige buitenlaagje van de traanfilm wordt gemaakt door de kleine kliertjes in de oogleden. Deze laag voorkomt een te snelle verdamping van het traanvocht.

✓ Een middelste waterachtige laag

De waterachtige laag wordt geproduceerd door de traanklier die boven de buitenste ooghoek in de oogkas zit. Deze laag wast het oog schoon van vuil en stof.

✓ Een binnenste slijmachtige laag

Deze laag van de traanfilm komt uit de kleine kliertjes in het bindvlies van het oog. Het zorgt ervoor dat de waterige laag zich gelijkmatig over het oog verdeelt en zich er goed aan vasthecht.



Klachten bij droge ogen

Als het oogoppervlak uitdroogt kan je last krijgen van verschillende klachten.

- ✓ Branderige en stekende ogen
- ✓ Slijm in het oog
- ✓ Wazig zien
- ✓ Rode ogen
- ✓ Soms traan ogen (van slechtere kwaliteit)

Wat zijn de oorzaken van droge ogen?

- ✓ (Hogere) leeftijd.
- ✓ Allergie, bijvoorbeeld hooikoorts of bij contactlenzen.
- ✓ Algemeen lichamelijke hormonale ziekten. Voorbeelden zijn schildklierproblemen en suikerziekte of veranderingen zoals zwangerschap en overgang.
- ✓ Aandoening of ontsteking van de traanklier bij auto-immuunziekten zoals de ziekte van Sjögren, reumatoïde artritis of SLE.
- ✓ Bijwerkingen van geneesmiddelen die voor andere problemen gebruikt worden.
- ✓ Ontbreken van (één van de) lagen in de traanfilm door verandering aan de oogleden of het bindvlies.
- ✓ Onvoldoende knipperen bij bijvoorbeeld de ziekte van Parkinson of het niet goed kunnen sluiten van de oogleden bij een aangezichtsverlamming.

Hoe kom je achter de oorzaak?

De oogarts kan door middel van een aantal testen proberen de oorzaak van de droge ogen te ontdekken.

Schirmertest

Hierbij wordt de hoeveelheid tranen gemeten met een klein strookje filterpapier.

Fluoresceïne

Met deze kleurstof wordt het hoornvliesoppervlak op uitdrogingsplekjes beoordeeld. Tegelijkertijd wordt ook de kwaliteit en stevigheid van de traanfilm bekeken.

Wattenstok

De oogarts duwt met een wattenstokje op de ooglidrand om te zien hoe het met de eventuele verstopping van de kliertjes en de samenstelling van de talg staat.

Eventueel kan de oogarts je doorverwijzen naar een radioloog, internist of reumatoloog indien daar een aanleiding voor is.

Waaruit bestaat de behandeling?

Omdat het niet altijd lukt om de oorzaak van de droge ogen weg te nemen, is behandeling niet eenvoudig. Als we de oorzaak niet vinden, of als deze niet behandeld kan worden, richten we ons op het zoveel mogelijk verminderen van de klachten.

Om het oog weer vochtig te krijgen, wordt vaak als eerste gestart met kunstmatig traanvocht in de vorm van druppels of ooggel. Doordat er veel verschillende soorten zijn duurt het soms even om uit te zoeken welk product het beste voor je werkt. Als kunstmatig traanvocht alleen niet voldoende helpt, wordt gekeken hoe het aanwezige traanvocht vastgehouden kan worden. Dit kan bijvoorbeeld door een speciale afschermbende bril (kappenbril) te dragen om de verdamping tegen te gaan. Ook kunnen de traanbuisjes in het onderooglid bij de neus tijdelijk of blijvend worden afgesloten. In ernstigere gevallen kunnen beschermende contactlenzen toegepast worden.

Wat kun je zelf doen?

Je kunt zelf ook je klachten verminderen.

- ✓ Regelmatig je oogdruppels te gebruiken. Ook voordat je klachten krijgt.
- ✓ Vaker bewust met je ogen te knipperen wanneer je leest of naar een beeldscherm kijkt.
- ✓ Situaties of ruimtes vermijden die extra droogte of irritatie geven zoals een föhn, ventilator, rook of airconditioning (denk hierbij ook aan de auto).
- ✓ De luchtvochtigheid in huis of op kantoor verhogen met behulp van een luchtbevochtiger of waterbakken (aan de verwarming).
- ✓ Buiten een speciale (fiets)bril dragen die aan de zijkanten afgesloten is en ervoor zorgt dat de wind de ogen niet te veel uitdroogt.
- ✓ Wissel het dragen van contactlenzen vaker af met het dragen van je bril.
- ✓ Bij niet goed werkende kliertjes warme kompressen gebruiken of massage toepassen.

Belangrijk om te weten

Droge ogen is een aandoening die altijd blijft. De klachten kunnen in wisselende mate aanwezig blijven. Dit kan bijvoorbeeld te maken hebben met veranderende omgeving,

slecht slapen of vermoeidheid maar hoeft ook niet altijd een aanwijsbare oorzaak te hebben. Wanneer je een periode meer klachten heeft, kunt je vaker kunsttranen gebruiken om de klachten te verminderen. Belangrijk is dat je de oogdruppels op vaste momenten gebruikt, ook wanneer de klachten minder zijn.

Vragen

Heb je nog vragen of wil je meer informatie? Kijk dan op onze website of neem contact op, bel 088 891 00 40.

Check je dossier op ons Patiëntenportaal

Je kunt met je computer, tablet of mobiel delen van je medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor je hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: spectrumoogziekenhuis.nl/patientenportaal.