

Schiedamse Vest 180

3011 BH Rotterdam

T +31 (0)10 401 77 77

www.oogziekenhuis.nl

## Droge ogen

Door de oogarts is vastgesteld dat u droge ogen heeft. In deze folder wordt uitgelegd wat hiervan de oorzaken zijn en wat u kunt doen om de klachten te verminderen.

### Diagnose

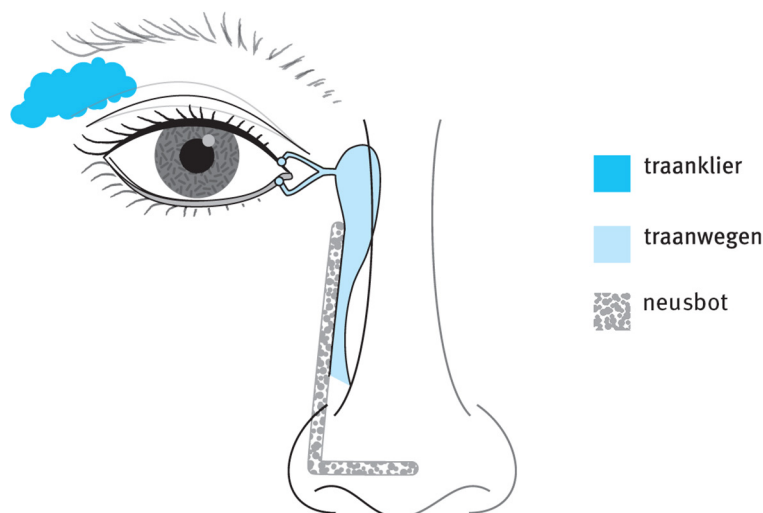
Droge ogen ontstaan wanneer onvoldoende traanvocht wordt aangemaakt of als het traanvocht van onvoldoende kwaliteit is, waardoor een versnelde uitdroging (verdamping) plaatsvindt. Vaak zijn beide problemen aanwezig en is het niet mogelijk om hier onderscheid tussen te maken.

Traanvocht heeft een aantal belangrijke functies voor het oog, namelijk:

- beschermen tegen uitdroging en infecties;
- het voeden van het hoornvlies (de doorzichtige voorkant van het oog);
- het glad houden van het hoornvlies.

### Klachten

Droge ogen kunnen hinderlijke klachten veroorzaken. U kunt last hebben van prikkelende ogen, brandende ogen, rode ogen, een moe gevoel van de ogen, wazig zien en/of slijmvorming in de ogen. Droge ogen is een chronische aandoening, waardoor u nooit helemaal van de klachten afkomt. De klachten blijven meestal in wisselende mate aanwezig. Perioden zonder klachten kunnen afgewisseld worden met perioden waarin klachten toenemen. Dit kan bijvoorbeeld te maken hebben met een veranderende omgeving, maar hoeft niet altijd een aanwijsbare reden te hebben. Daarnaast kunnen droge ogen traanklachten veroorzaken. Door uitdroging van uw hoornvlies krijgt uw traanklier een signaal van uw oog en maakt tijdelijk meer traanvocht aan. Uw traanafvoer kan deze verhoogde hoeveelheid traanvocht niet aan en de tranen lopen over uw wangen in plaats van door de normale traanafvoer.



## Oorzaken

De meestvoorkomende oorzaken van droge ogen zijn:

- *Ouderdom*

Hoe ouder u wordt, hoe minder traanvocht uw traanklier produceert. Dit is een normaal verschijnsel.

- *Uitdroging door uitwendige oorzaken*

Uitwendige oorzaken zijn bijvoorbeeld wind en droge lucht (denk aan ruimtes met airconditioning en/of centrale verwarming). Ook zachte contactlenzen zorgen voor een snellere uitdroging van uw ogen.

- *Onvoldoende kwaliteit van het traanvocht*

In uw ooglidranden zitten kliertjes die stoffen aanmaken die belangrijk zijn voor de stabiliteit van de laag traanvocht op uw oog. Als de ooglidranden ontstoken zijn werken deze kliertjes niet goed. Dit wordt meestal veroorzaakt door ontsteking van de ooglidranden. Deze ontsteking heet blepharitis. Uitgebreide informatie over blepharitis en de behandeling ervan kunt u lezen in een aparte folder.

- *Te weinig of onvolledig knipperen met uw oogleden*

Dit kan veroorzaakt worden door ingespannen kijken of staren (lezen, computerscherm, knutselen).

- *Hormonale veranderingen*

Uw hormonen spelen een rol bij de productie en kwaliteit van uw traanvocht. Als uw hormonen veranderen kunt u last krijgen van droge ogen. Een voorbeeld hiervan is vrouwen in de overgang die plotseling last krijgen van droge ogen.

- *Medicijngebruik*

Een aantal medicijnen kunnen droge ogen veroorzaken, bijvoorbeeld anti-histaminica, beta-blokkers, diuretica, anti-depressiva en anti-cholinergica.

- *Ongevoelig hoornvlies*

Door een ongevoelig hoornvlies krijgt de traanklier een minder sterk signaal om traanvocht aan te maken. Het langdurig dragen van contactlenzen en bepaalde oogzichten zijn hiervan mogelijke oorzaken.

- *Auto-immuunziekten*

Auto-immuunziekten zijn ziekten waarbij uw eigen afweersysteem zich tegen uw eigen lichaam richt. Een aantal van deze ziekten veroorzaken ook droge ogen. In het bijzonder voor het oog de ziekte van Sjögren, maar ook de ziekte van Cröhn, colitis ulcerosa en reuma kunnen droge ogen veroorzaken.

---

## Behandeling

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

### *Kunsttranen*

Kunsttranen is traanvocht uit een flesje en vormt een aanvulling op uw eigen traanvocht. Er zijn vele soorten kunsttranen, met verschillende stoffen en van verschillende dikte,

variërend van druppels tot een 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 u 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 zijn.

#### *Medicijnen*

Als uw droge ogen veroorzaakt worden door bepaalde 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 behandeling ook op deze ziekte gericht.

#### *Plugjes*

Bij een zeer lage traanproductie kan uw arts in overleg met u besluiten om de traanafvoer in uw oogleden dicht te maken met behulp van een 'plugje'. De behandeling vindt poliklinisch plaats. Op die manier blijft het nog aanwezige traanvocht zo lang mogelijk in uw oog. Meer informatie over deze behandeling kunt u lezen in de folder 'Oculoplastische ingrepen en onderzoek op de Poli-OK'.

---

#### **Wat kunt u zelf doen**

Met deze extra maatregelen kunt u uw klachten verminderen:

- knipper bewust vaak met uw ogen wanneer u leest of naar een beeldscherm kijkt;
- vermijd situaties waarin 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 door een luchtbevochtiger te gebruiken. Bakjes met water aan de verwarming geven meestal niet voldoende verhoging van de luchtvochtigheid;
- draag een beschermende bril wanneer u naar buiten gaat, zoals een fietsbril die aan de zijkanten is afgesloten. Zo vermindert u de verdamping en uitdroging.

---

#### **Meer info**

Als u nog vragen heeft, kunt u contact opnemen met de Poli-OK, telefoonnummer 010 401 77 32. De Poli-OK is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag tussen 08.30 uur en 12.00 uur, en van 13.00 tot 16.30. Ook kunt u bij vragen contact opnemen met uw huisarts. De informatie in deze patiëntenfolder kunt u terugvinden op [www.oogziekenhuis.nl](http://www.oogziekenhuis.nl).