



Droge Ogen

Een eenvoudige uitleg



OOGPLANEET

Juiste zorg op de juiste plek 

Droge Ogen

Een eenvoudige uitleg

Wat zijn droge ogen?

Uw ogen worden beschermd door een dun laagje traanvocht. Dit zorgt ervoor dat het oog vochtig, comfortabel en helder blijft.

Bij droge ogen is er te weinig traanvocht of is de kwaliteit van het traanvocht minder goed. Hierdoor droogt het oogoppervlak sneller uit.

Droge ogen komen veel voor en zijn meestal niet gevaarlijk, maar kunnen wel erg vervelend zijn.

Hoe merkt u dat?

U kunt last krijgen van:

- Branderige ogen
- Prikkende ogen
- Een zandkorrelgevoel
- Rode ogen
- Wisselend wazig zien
- Vermoeide ogen
- Gevoelige ogen bij wind of airconditioning
- Overmatig tranen

Het klinkt misschien vreemd, maar droge ogen kunnen juist zorgen voor extra tranen. Dit zijn reflextranen die het probleem meestal niet oplossen.

Hoe ontstaan droge ogen?

Droge ogen kunnen verschillende oorzaken hebben.

Factoren die het risico verhogen zijn:

- Ouder worden
- Langdurig beeldschermgebruik
- Airconditioning of verwarming
- Contactlenzen
- Bepaalde medicijnen
- Hormonale veranderingen
- Ooglidproblemen
- Auto-immuunziekten, zoals het syndroom van Sjögren

Bij beeldschermwerk knipperen mensen vaak minder vaak, waardoor de ogen sneller uitdrogen.

Zijn droge ogen gevaarlijk?

Meestal niet.

Wel kunnen langdurig droge ogen zorgen voor irritatie en beschadiging van het oogoppervlak.

Daarom is het belangrijk klachten serieus te nemen.

Kan een bril helpen?

Soms kan een bril de klachten iets verminderen, bijvoorbeeld door bescherming tegen wind of tocht.

Een bril kan droge ogen echter niet genezen.

Hoe worden droge ogen behandeld?

De behandeling hangt af van de oorzaak.

Mogelijke behandelingen zijn:

- Kunsttranen (oogdruppels)
- Ooggel of oogzalf
- Warme kompressen op de oogleden
- Verbetering van de ooglidhygiëne
- Behandeling van ooglidproblemen
- Adviezen voor beeldschermgebruik

Daarnaast is het belangrijk om:

- Regelmatig te knipperen tijdens beeldschermwerk
- Voldoende te drinken
- Rook en tocht zoveel mogelijk te vermijden

Wanneer moet u contact opnemen?

Neem contact op als u:

- Plotseling slechter gaat zien
- Veel pijn krijgt
- Ernstige roodheid ontwikkelt
- Klachten houdt ondanks behandeling
- Gevoelig wordt voor licht

Deze klachten kunnen wijzen op een andere oogaandoening die verder onderzocht moet worden.

Gaan droge ogen weer over?

Soms wel.

Bij veel mensen zijn droge ogen een langdurige aandoening die met de juiste behandeling goed onder controle gehouden kan worden.

Heeft u vragen?

Bespreek uw klachten met uw **Optometrist** of **Physician Assistant**.

Samen kijken we wat de oorzaak van uw klachten is en welke behandeling het beste bij u past.

Oogplaneet

Juiste zorg op de juiste plek 🧐✨