

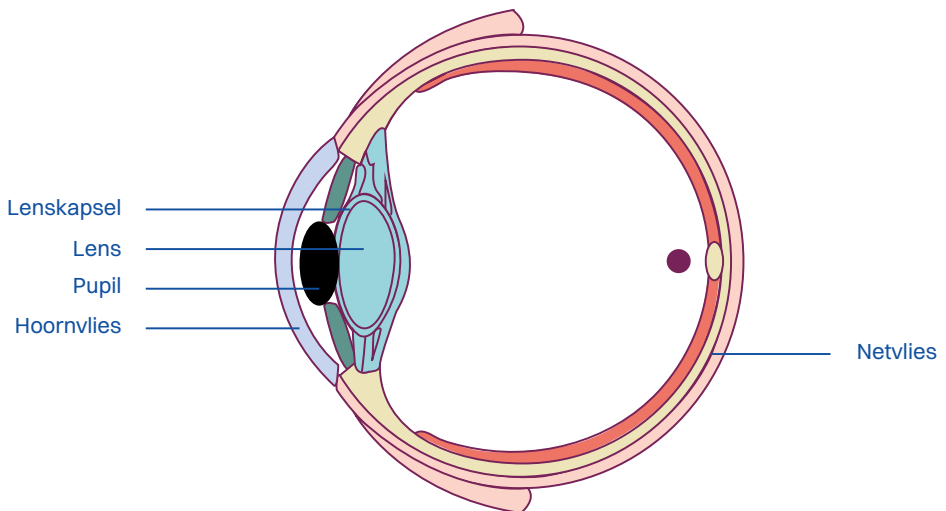


Droge ogen

Diagnose

Droge ogen ontstaan wanneer er onvoldoende traanvocht wordt aangemaakt of als het traanvocht van onvoldoende kwaliteit is, waardoor een versnelde uitdroging (verdamping) plaatsvindt. Traanvocht heeft een aantal belangrijke functies voor het oog, namelijk:

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

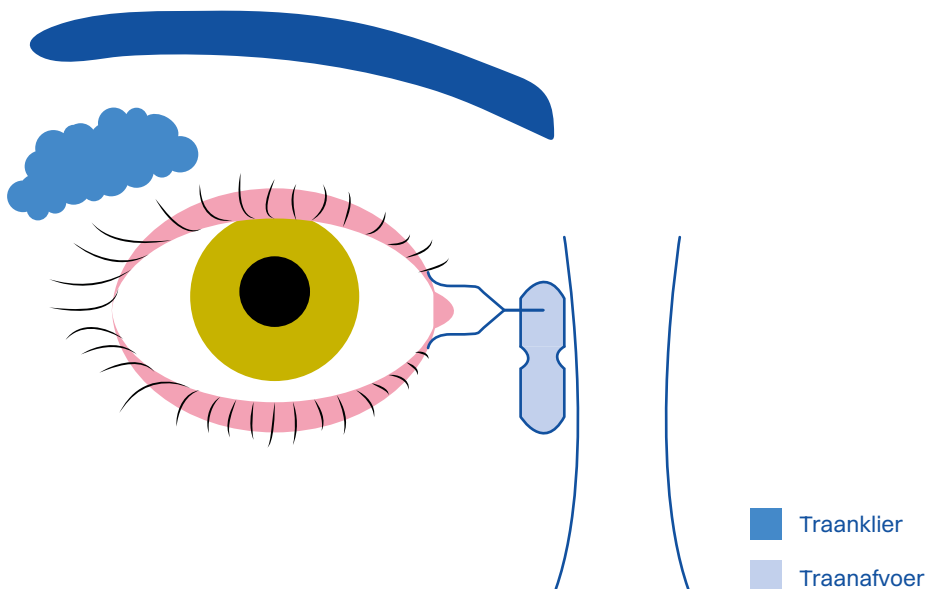


Klachten

Droge ogen is een hinderlijke aandoening die veel klachten kan veroorzaken. Mensen met droge ogen kunnen 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 kunnen ook traanklachten veroorzaken. Door uitdroging van je hoornvlies (bijvoorbeeld door wind of lang staren) krijgt je traanklier een signaal van je oog en maakt tijdelijk meer traanvocht aan.

Je traanafvoer kan deze verhoogde hoeveelheid traanvocht niet aan en de tranen lopen over je wangen in plaats van door de normale traanafvoer.



Oorzaken

Droge ogen worden vaak veroorzaakt door onvoldoende aanmaak en/of kwaliteit van het traanvocht. Vaak zijn beide problemen aanwezig en is het niet mogelijk om hier een onderscheid tussen te maken. De meest voorkomende oorzaken zijn:

Ouderdom

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

Uitdroging door uitwendige oorzaken

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

Onvoldoende kwaliteit van het traanvocht

In je ooglidranden zitten kliertjes die stoffen aanmaken die belangrijk zijn voor de stabiliteit van de laag traanvocht op je oog. Als de ooglidranden ontstoken zijn, werken deze kliertjes niet goed, op deze manier zorgen ze voor een onstabiele tranenfilm die sneller uitdroogt. Deze ontsteking heet blefaritis.

Te weinig of onvolledig knipperen met je oogleden

Dit kan veroorzaakt worden door ingespannen kijken of staren (lezen, computerscherm, knutselen ...) of door een probleem van de oogleden.

Hormonale veranderingen

Je hormonen spelen een rol bij de productie en kwaliteit van je traanvocht. Als je hormonen veranderen, kan je 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, bv. anti-histaminica (=antiallergische medicatie), bètablokkers (=bloeddrukverlagende medicatie), diuretica (=vochtafdrijvende medicatie), antidepressiva en anticholinergica (= medicatie bij astma, COPD, Parkinson).

Ongevoelig hoornvlies

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

Auto-immuunziekten

Auto-immuunziekten zijn ziekten waarbij je eigen afweersysteem zich tegen je eigen lichaam richt. Een aantal van deze ziekten veroorzaken ook droge ogen. In het bijzonder voor het oog de ziekte van Sjögren, maar ook reuma, de ziekte van Crohn en colitis ulcerosa 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 je klachten te verminderen. Je arts zal met jou bespreken welke behandeling voor jou het meest geschikt is.

Kunsttranen

Kunsttranen is traanvocht uit een flesje en vormt een aanvulling op je eigen traanvocht. Er zijn vele soorten kunsttranen, met verschillende stoffen en van verschillende dikte, variërend van druppels tot een gel. Je arts zal samen met jou bekijken welke kunsttranen voor jou het meest geschikt zijn.

Je moet deze kunsttranen 4 tot 6 keer per dag in je ogen druppelen (tenzij je arts je anders voorschrijft). De kunsttranen genezen droge ogen niet, maar verzachten en verminderen de klachten

Medicijnen

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

Behandeling van (oog)ziekten

Bij een ontsteking van de ooglidranden (blefaritis) wordt deze behandeld. Informatie hierover vind je in een aparte folder. Wanneer je droge ogen veroorzaakt worden door een (oog)ziekte, wordt de behandeling ook op deze ziekte gericht.

Plugjes

Bij een zeer lage traanproductie kan je arts in overleg met jou besluiten om de traanafvoer in je oogleden dicht te maken met behulp van een plugje. Deze behandeling vindt in de polikliniek plaats. Op die manier blijft het nog aanwezige traanvocht zo lang mogelijk in je oog.

Wat kan je zelf doen?

Je kunt ook zelf je klachten verminderen door:

- Regelmatig je kunsttranen te druppelen, ook wanneer je minder klachten hebt.
- Bewust vaak met de ogen te knipperen als je leest of naar een beeldscherm kijkt.
- Situaties te vermijden waarin je last hebt van droge ogen, bijvoorbeeld rokerige ruimtes, ruimtes met airconditioning (denk ook aan de auto) en/ of het dragen van contactlenzen.
- De luchtvochtigheid in huis te verhogen door een lucht-bevochtiger te gebruiken.
- Een beschermende bril te dragen als je naar buiten gaat, zoals een fietsbril die aan de zijkanten is afgesloten. Zo verminder je de verdamping en uitdroging.

Belangrijk om te weten

Droge ogen is een chronische aandoening waar vaak geen oplossing voor is, waardoor je nooit helemaal van de klachten afkomt. De klachten blijven meestal in wisselende mate aanwezig. Perioden zonder klachten kunnen afgewisseld worden met perioden waarin de klachten toenemen. Dit kan bijvoorbeeld te maken hebben met een veranderende omgeving, maar hoeft niet altijd een aanwijsbare reden te hebben. Als je een periode meer klachten hebt, kan je vaker kunsttranen gebruiken om de klachten te verminderen. Het is belangrijk dat je de kunsttranen blijft gebruiken, ook wanneer je minder klachten hebt.

Goede zorg laat niemand achter

Dienst Oogziekten

050 45 23 40

oogziekten@azsintjan.be

**AZ
Sint-Jan
Brugge**

Deze brochure is met de grootste zorgvuldigheid samengesteld, doch aan eventuele onjuistheden kunnen geen rechten worden ontleend. De informatie opgenomen in deze brochure is aanvullend, niet limitatief en niet exhaustief. Deze kan de individuele informatieverstrekking en onderlinge dialoog tussen arts en patiënt – die steeds op maat en in overeenstemming is met de actuele stand van de wetenschap en met uw specifieke situatie, niet vervangen.

Campus Sint-Jan, Ruddershove 10, 8000 Brugge, 050 45 21 11

Campus SFX, Spaanse Loskaai 1, 8000 Brugge, 050 47 04 70

info@azsintjan.be – www.azsintjan.be

v.u.: Hans Rigauts, AZ Sint-Jan Brugge AV,
Ruddershove 10, 8000 Brugge – februari 2026

**AZ
S.J.**