

Ooglidontsteking

Uw oogarts heeft een ooglidontsteking bij u geconstateerd. In deze folder leest u hoe u deze ontsteking thuis kunt behandelen.

Ooglidontsteking (blepharitis) is een chronische ontsteking van de oogleden. Het is een veel voorkomend en hardnekkig probleem. De verschijnselen zijn jeuk en irritatie van de ogen en oogleden. Ook kunt u traanklachten hebben, met name buiten en in ruimtes met een droge of rokerige lucht.

Een chronische ooglidontsteking vereist een intensieve en zorgvuldige behandeling. Hiervoor is geen kant-en-klare behandeling beschikbaar. Ondanks de beste behandeling kan een chronische ooglidontsteking een voortdurende last veroorzaken. Het is een aandoening die moeilijk blijvend te genezen is. Daarom is het belangrijk dat u de in deze folder opgenomen instructies voor het reinigen van de oogleden regelmatig en zorgvuldig uitvoert.

Oorzaken

Een ooglidontsteking kent twee belangrijke oorzaken:

1. Bacteriële infectie

Een chronisch bacteriële infectie van de oogleden is te herkennen door roodheid van de ooglidranden met schilfering van de huid en korstjes tussen de oogharen. In ernstige gevallen treedt zweervorming op met meer korstjes, uitgezette bloedvaatjes en het afbreken of verlies van oogharen (wimpers). Vaak komen gerstekorrels en strontjes van de oogleden voor. Zonder behandeling kan daarbij bindvlies- en hoornvliesontsteking optreden.

2. Verhoogde afscheiding door talgklieren (seborrhoe)

Op de ooglidranden zijn vette, wasachtige schilfers aanwezig. Dit komt doordat de talgklieren veel talg van een abnormale samenstelling produceren. Vaak zijn hierdoor ook afwijkingen in de tranen aanwezig. Seborrhoe van de oogleden kan onderdeel zijn van een meer algemene huidaandoening waarbij ook elders in het gezicht, de hoofdhuid en de romp vette schilfering optreedt.

De behandeling

De behandeling is gericht op ooglidhygiëne. Het belangrijkste deel van de behandeling is het zorgvuldig schoonhouden van de randen van de oogleden. Met speciale schoonmaakdoekjes voor de oogleden kunnen de randen eenmaal per dag gereinigd worden. Warme kompressen

zorgen voor verwijding van de bloedvaten, waardoor de genezing sneller verloopt. Ook helpt dit om de verstopte uitvoergangen van de ooglidklieren te openen. Soms schrijft de oogarts antibiotische oogdruppels of zalf voor ter ondersteuning van de behandeling. In ernstige gevallen kan een kuur met antibioticatabletten verbetering geven.

Behandelwijze

Afhankelijk van de ernst van de ontsteking wordt een bepaalde behandeling voorgeschreven. Uw oogarts heeft in het volgende overzicht aangekruist welke behandeling voor u van toepassing is. Behandel de oogleden op deze wijze.

☐ *Warme kompressen*

- Vul een schaaltje met flink warm water uit de kraan: zo warm dat als u met uw elleboog voelt, u het nog net niet te heet vindt.
- Doop twee washandjes in het water, knijp deze wat uit en druk ze zachtjes tegen de gesloten ogen.
- Doop de washandjes telkens opnieuw in het warme water en herhaal deze handelingen minstens vijf minuten.
- Wrijf direct daarna uw oogleden schoon.

U kunt ook een warm kersenpittenkussen of gelpack ('hotpack') gebruiken gedurende vijf minuten.

☐ *Schoonwrijven*

- Gebruik de schoonmaakdoekjes zoals aangegeven op de gebruiksaanwijzing.
- De eerste twee weken gebruikt u de schoonmaakdoekjes één keer per dag. De volgende drie maanden gebruikt u ze om de dag.
- Belangrijk is dat u juist de randen van de oogleden schoonmaakt, daar waar de wimpers vastzitten aan de oogleden.
- Reinig zowel de onder- als de bovenoogleden.
- Voorkom dat de schoonmaakdoekjes de binnenkant van de oogleden of het oog zelf raakt, dit kan irritatie van de ogen veroorzaken.

De schoonmaakdoekjes zijn zonder recept verkrijgbaar bij de apotheek. Eén verpakking is voldoende voor enkele maanden gebruik.

□ *Antibiotica gel/zalf*

- Smeer de randen van de oogleden dun in met de door de oogarts voorgeschreven gel of zalf. Dit gaat het beste door de gel/zalf met een wattentip dun uit te smeren op de gehele rand van de onder- en bovenoogleden.
- Als u dit niet zelf kunt, mag u de zalf/gel ook aan de binnenzijde van het onderooglid aanbrengen. De zalf verdeelt zich dan vanzelf over de oogleden.
- Als de gel/zalf op is, mag u hiermee stoppen.

□ *Kunsttranen*

Om de irritatie van de ogen te verminderen, schrijft de oogarts soms kunsttranen in de vorm van druppels of gel voor. Deze druppels of gel zijn geheel onschadelijk en kunt u gebruiken als u het zelf nodig vindt. Als de behandeling van de ooglidontsteking effect begint te krijgen, kunt u stoppen met het gebruiken van de kunsttranen.

□ *Make-up*

Gedurende de eerste twee weken van de behandeling kunt u beter geen make-up gebruiken. Daarna is matig gebruik ervan toegestaan. Belangrijk is wel dat u de make-up 's avonds grondig verwijdert met de schoonmaakdoekjes. Gooi uw oude mascara weg, omdat dit kokertje vol met bacteriën zit en u bij gebruik de bacteriën opnieuw op de oogleden aanbrengt.

Meer informatie

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen over de behandeling van uw ooglidontsteking, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek Oogheelkunde via telefoonnummer 0485-84 53 70.