

## Droge ogen

### Inleiding

In deze folder wordt leest u wat er aan de hand kan zijn als u last heeft van droge ogen. Het spreekt voor zich dat deze folder niet in de plaats komt van het gesprek met uw arts.

### Wat zijn droge ogen?

Sommige mensen maken niet genoeg traanvocht aan om hun ogen voldoende vochtig te houden. Het gevolg is dat de ogen gaan branden en steken of slijm gaan afscheiden. Het eigenaardige is dat dit weer kan leiden tot abnormaal tranende ogen. Deze tranen als gevolg van irritatie, zijn alleen niet van dezelfde samenstelling als het normale vochtlaagje dat altijd over het oog moet liggen, de 'traanfilm' genoemd. Deze overvloedige tranen lossen daarom ook het probleem van de droge ogen niet op.

### Wat is een traanfilm?

Er zijn eigenlijk twee soorten traanvocht. De zichtbare tranen die uit de ogen rollen als men huilt of als de ogen geïrriteerd raken, zijn de bekendste. Maar er is ook onzichtbaar traanvocht dat in het oog zit. Dit traanvocht heeft een belangrijke taak, namelijk de ogen vochtig houden. Bij het knipperen van de oogleden wordt het traanvocht in een dun laagje gelijkmatig verdeeld over het oog. Dit dunne laagje noemt men de 'traanfilm'. Het zorgt ervoor dat het oog glad blijft en beschermt het tegen de buitenlucht. Deze traanfilm is samengesteld uit drie bestanddelen: een olieachtige laag, een waterige laag en een slijmachtige laag.

### Wat zijn de oorzaken van droge ogen?

U kunt last krijgen van droge ogen als een van de laagjes van de traanfilm ontbreekt of onvoldoende is. Een andere oorzaak kan zijn

dat men te weinig knippert met de oogleden. Ook de leeftijd kan een rol spelen. Daarnaast gaan bepaalde ziekten gepaard met droge ogen.

Soms komt het voor als bijwerking van bepaalde geneesmiddelen.

Droge ogen kunnen dus vele oorzaken hebben. De oogarts zal door middel van onderzoek (meestal) kunnen vaststellen om welk geval het gaat.

### Onderzoek

Door middel van een 'spleetlamp'-onderzoek kan de oogarts met behulp van kleurstofdruppels de traanfilm beoordelen. Ook kan hij de traanvocht-hoeveelheid meten met behulp van een strookje vloeipapier onder het onderste ooglid.

### Behandeling

De behandeling van droge ogen is niet eenvoudig, omdat het meestal niet lukt de oorzaak van de droge ogen weg te nemen. In ieder geval is het van belang te proberen de irritatie zoveel mogelijk te verminderen, bijvoorbeeld door kunstmatig traanvocht toe te voegen. Dit doet men met behulp van kunsttranen, oogzels of oogzalven, die een aanvulling vormen op de eigen tranen. Een andere mogelijkheid om de irritatie te verminderen, is door het aanwezige traanvocht zo lang mogelijk vast te houden. Dit kan op verschillende manieren gebeuren, maar vergt in het algemeen een kleine ingreep aan de oogleden. Deze laatste methode wordt alleen toegepast als de afwijking die de oogarts constateert, ernstig genoeg is en niet op eenvoudiger wijze verholpen kan worden.

De behandeling, die levenslang moet worden voortgezet, kan de ziekte niet genezen, maar vermindert wel de irritatie.

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

Als u heeft gemerkt dat u onder bepaalde omstandigheden méér klachten heeft, probeer dan deze omstandigheden te veranderen of te vermijden.

U kunt voorkomen dat het traanvocht te snel verdampt door de luchtvochtigheid in uw huis te verbeteren. Dit kunt u doen met behulp van waterbakken aan de radiatoren van de centrale verwarming of door de aanschaf van een luchtbevochtiger. Buiten kan een speciale (fiets) bril die aan de zijkanten is afgesloten, ervoor zorgen dat de ogen door de wind niet te veel uitdrogen. Vermijd zaken die extra droogte of irritatie geven, zoals een haarföhn, een ventilator, een voorruit-ventilator in de auto ('blower') en rook. Sommige mensen hebben baat bij een luchtreiniger in huis.

Als u vooral na het slapen last heeft van droge ogen, vraag dan aan uw partner of iemand die u ziet slapen, of u uw ogen tijdens het slapen wel goed sluit. Sommige mensen slapen met hun ogen half open en het is van belang dit te melden aan uw oogarts.

### **Algemene informatie over het GHZ**

Voor informatie over het ziekenhuis kunt u terecht op onze internetsite: [www.ghz.nl](http://www.ghz.nl). Ook kunt u bellen naar het algemene informatienummer (0182) 50 50 50.

### **Vragen?**

In deze folder is kort ingegaan op droge ogen. Heeft u na het lezen van deze folder vragen over droge ogen, belt u dan gerust met de polikliniek Oogheelkunde, telefoonnummer (0182) 50 50 14. Van maandag tot en met vrijdag van 8.00 tot 16.30 uur.

### **Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda**

Bleulandweg 10  
2803 HH Gouda

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:  
(0182) 50 50 50

### **Colofon**

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda  
productie : Marketing & Communicatie  
september 2025  
04.11.008