

# OOGLIDRANDONTSTEKING

## Blepharitis / Meibomitis

### Wat is het?

Blepharitis is een chronische ontsteking van de ooglidranden.

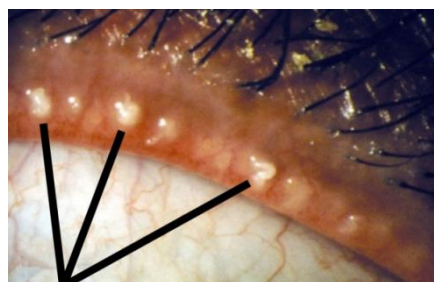
Bij anterieure blepharitis is met name het gebied rondom de basis van de ooglidharen aangedaan, waardoor er schilfers en korstjes tussen de wimpers ontstaan.



*Schilfers bij (anterieure) blefaritis*

Bij meibomitis (posterieure blepharitis / Meibom Klier Dysfunctie) zijn de kliertjes van meibom verstopt. De meibomkliertjes produceren de olielaag van de traanfilm. De olielaag zorgt ervoor dat uw tranen niet te snel verdampen.

Indien de meibomkliertjes verstopt zitten, wordt er geen olielaag of een olielaag van verminderde kwaliteit geproduceerd. Dit leidt tot een instabiele traanfilm en dit uit zich in een verhoogde verdamping van het traanvocht wat leidt tot droge ogen.



*Verstopte kliertjes van Meibom*

### Oorzaken

#### Lichaamseigen bacteriën

De bacterie staphylococcus aureus is vaak de veroorzaker van een ooglidontsteking. Iedereen heeft deze bacterie op de huid zitten, maar soms dringt de bacterie in de huid waar de oogharen (wimpers) uit het ooglid komen. De bacterie maakt stoffen aan die het oog irriteren en waardoor de kliertjes van meibom verstopt raken.

## Wimpermijt (Demodex)

Demodex is een veel voorkomende mijt op het menselijk lichaam en geeft over het algemeen geen klachten. Echter, als de balans tussen het immuunsysteem en de Demodex verstoord is kunnen de oogleden ontstoken raken.



## Huidaandoeningen

Daarnaast zijn er bepaalde huidaandoeningen waarbij mensen meer kans hebben op het krijgen van blepharitis, bijvoorbeeld eczema seborrhoïcum, seborrhoïsche dermatitis of rosacea.

## Symptomen

Enige mate van blepharitis komt relatief vaak voor: bij 20-40% van de bevolking. Een deel van deze mensen heeft klachten. Deze klachten kunnen bestaan uit jeuk, irritatie, een 'zandkorrel'-gevoel, branderigheid, rode/vermoeide/tranende/droge ogen, milde lichtschuwheid, leesklachten, afscheiding, zwaar gevoel in de oogleden, veel knipperen en/of wisselend zicht. Afhankelijk van het type blepharitis klagen mensen over korstjes en/of schilfers op de oogleden. Ook kan men als klacht ervaren dat de oogleden 's morgens aan elkaar vastplakken.

## Mogelijke behandelingen

### Verwarmen van de oogleden (warmtetherapie)

Bij verstopte, niet goed werkende, meibomklieren worden warme compressen aanbevolen. Door de warmte wordt de talg, die in de meibomklieren verstopt zit, een vloeibare olie. De meest effectieve vorm van warme compressen zijn pittenzakken of hot-packs\* (ook in de vorm van een oogmasker te verkrijgen). Pas op: deze compressen kunnen erg heet worden. Volg daarom goed de handleiding en test de warmte eerst op uw onderarm. Als het kompres op de juiste temperatuur is gebracht, legt u het warme kompres gedurende 10 minuten op de gesloten oogleden.



Warme compressen

### Masseren van de oogleden

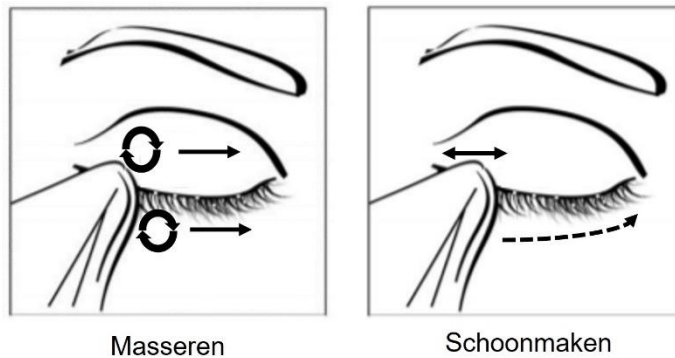
Om verstopte meibomklieren te kunnen legen, is het aanbevolen om na de warmtetherapie de oogleden te masseren. Houdt uw oog rustig dicht en masseer met een schone vinger in kleine ronde bewegingen voorzichtig de oogleden. Zo wordt de verzachte talg uit de talgklieren gemasseerd waardoor het in de traanfilm komt.

### Reinigen van de oogleden

Tot slot is het belangrijk de wimpers goed schoon te maken. Maak een wattenschijfje of hydrofiel gaas vochtig met een geschikte reinigingslotion\*\* of gebruik kant-en-klare gezichtsschoonmaakdoekjes.\*\*

Vouw het wattenschijfje of gaas om een schone vinger en maak de wimpers van de onderoogleden schoon door naar boven te kijken en voorzichtig te poetsen met een heen-en-weer gaande beweging bij de basis van de wimpers (daar waar de wimpers de ooglidrand raken).

Om de bovenoogleden te reinigen sluit u de oogleden zonder te knijpen en poetst u weer met heen-en-weer gaande bewegingen bij de basis van de wimpers. Voor ieder ooglid dat u poetst gebruikt u een schoon stukje van de kant-en-klaar doekjes of pakt u een schoon stukje wattenschijf/hydrofiel gaas, met een nieuwe ruime hoeveelheid reinigingslotion. U begint iedere keer aan de buitenkant en werkt naar de neus toe, herhaal dit 2-4 keer per ooglid.



U ziet na het reinigen naar verwachting niet veel vuil, maar wellicht voelt uw oog na de behandeling wel wat vettig. Dit is een goed teken, namelijk dat de talg uit de meibomkliertjes is gekomen.

Het is aanbevolen de behandeling minimaal 6 weken lang 2 keer per dag uit te voeren, daarna kunt u afbouwen. Houd er rekening mee dat u dit vaak moet blijven herhalen, eventueel in een lagere frequentie, als onderhoud.

### Reinigen oogleden in geval van wimpermijt (Demodex)

Wimpermijt kan het best bestreden worden door deze te poetsen met speciale doekjes waar tea-tree olie in zit. Tea-tree olie is in hoge concentraties irriterend voor de oogleden. Gebruik hierom alleen speciaal voor de oogleden ontwikkelde doekjes. Hou bij het poetsen met blehademodex de oogleden tijdens het poetsen gesloten en tot 15 seconden daarna. Wanneer een behandeling voor Demodex wordt geadviseerd zal uw optometrist/ oogarts/ physician assistant (PA)/ Technisch oogheelkundig assistent (TOA) dit aangeven en verder met u de behandel-frequentie en -termijn bespreken.

\* Warme kompressen:

- Blepha eyebag : Oogmasker kan tot 200x opgewarmd worden in de magnetron
- Posiflorlid oogmasker: Clicksysteem activeert warmte tot ongeveer 90x bruikbaar

## \*\* Reinigingsproducten

- Blephaclean: Steriel doekje met reiniging lotion en verzorgende ingrediënten
- Blephasol: Reinigingslotion, zelf aanbrengen op wattenschijfje of hydrofiel gaas
- Blephagel: Hypoallergene gel, zelf aanbreng op wattenschijfje en hydrofiel gaas
- Blephademodex: Steriel doekjes met tea-tree olie speciaal voor de behandeling van demodex

## Kunsttranen

Blepharitis kan klachten van droge ogen geven en daarom worden er mogelijk ook kunsttranen, zalf of gel voorgeschreven. Dit is ter comfort voor de ogen. Volg voor het gebruik van de kunsttranen en de zalf de instructies van de oogarts/ optometrist/ PA/ TOA op.

## Blephex behandeling



Soms kan een professionele reiniging van de oogleden met het Blephex apparaat door ons personeel zorgen voor een sneller resultaat of meer verbetering waar het zelf schoonmaken tekortschiet. Het is ook tevens effectief tegen wimpermijt. Deze behandeling valt buiten de verzekerde zorg. Vraag voor meer informatie en prijzen naar de BlephEx brochure.

## Ontstekingsremmende druppels/antibiotica

Als ondanks alle ooglidhygiëne de klachten aanhouden kan er worden gekozen om met medicatie de blepharitis onder controle te krijgen. Hiervoor kan uw oogarts/PA besluiten een ontstekingsremmer/antibioticum in de vorm van druppel of zalf voor te schrijven. Deze druppel of zalf gebruikt u na het poetsen. Volg hierbij verder de instructies van de oogarts/PA op.

Bij ernstige gevallen van blepharitis kan ervoor gekozen worden een antibioticum in tabletvorm te geven. Volg de instructies van de oogarts/PA op als dit aan de orde is.

## **Welke resultaten kunt u verwachten van uw behandeling?**

Alle behandelingen hebben als doel de ontsteking in de ooglidranden te verminderen en daarmee de symptomen zoals vermoeide ogen, jeukende ogen, prikkende/branderige ogen en wisselend zicht te verminderen.

Blefaritis is een chronische aandoening en zal daarom nooit helemaal verdwijnen. Het is daarom verstandig om in periodes dat u weinig/geen last heeft, de oogleden te blijven reinigen

### Mogelijke complicaties/bijwerkingen van de behandeling

Bij het poetsen van de oogleden kan het zijn dat de huid wat schraal of droog wordt. Ook kan er een allergische reactie optreden. Als dit gebeurt, staak dan het gebruik van de ooglidreinigingsproducten en poets de oogleden alleen met lauwwarm water. Mocht dit geen verbetering opleveren, verminder dan de frequentie van het poetsen.

Na het indruppelen van oogdruppels en/of zalf kan het zicht tijdelijk verminderd zijn (zie de bijsluiter in de verpakking).

### Instructies voor thuis voorafgaand aan de behandeling

Geen.

### Instructies voor begeleiding, opvang en vervoer

In sommige gevallen is het lastig om zelf te poetsen. Als iemand anders poetst is het makkelijker om beide oogleden in één keer te poetsen. Hierbij sluit u de oogleden waarna beide oogleden bij de basis van de wimpers tegelijk worden gepoetst zoals eerder beschreven.

Deze behandeling heeft geen beperkingen betreffende autorijden.

### **Als u besluit zich te laten behandelen**

Het is mogelijk dat u aan uw behandelend arts heeft aangegeven dat u bedenktijd wilt hebben om te besluiten of u zich wilt laten behandelen en/of welke behandelingen u wenst te ondergaan. Als u heeft besloten om u te laten behandelen of als u nog vragen heeft, wilt u dan telefonisch contact opnemen met onze medewerkers. Indien nodig zullen zij voor u een afspraak inplannen bij uw behandelaar.

### **Vragen en/of klachten**

Niet alle informatie in deze folder is noodzakelijk op u van toepassing. Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, stel deze dan aan uw oogarts, PA, optometrist of TOA. Op onze website of via de QR-code vindt u meer informatie over de behandelingen die wij uitvoeren, maar ook over onze medewerkers en ons privacyreglement. Voor vragen en/of klachten kunt u altijd telefonisch, per e-mail of via het contactformulier op onze website contact met ons opnemen. Onze medewerkers staan voor u klaar en geven deskundig antwoord op al uw vragen.

Een onafhankelijke klachtenfunctionaris bemiddelt bij onvrede of klachten. Mocht u niet tevreden zijn met de manier waarop wij uw klacht hebben behandeld, dan heeft u de mogelijkheid om uw klacht in tweede instantie aan een onafhankelijke geschillencommissie voor te leggen. Het Oogcentrum is aangesloten bij de geschillencommissie van Zelfstandige Klinieken Nederland (ZKN). Meer informatie over deze geschillencommissie kunt u vinden op: [zkn.nl/consumenten/over-zkn/geschillencommissie](https://zkn.nl/consumenten/over-zkn/geschillencommissie)

## Veiligheid

Een veilig verblijf voor iedereen in het Oogcentrum is voor ons een topprioriteit. Om uw veiligheid te waarborgen vragen wij u de instructies van de medewerkers van het Oogcentrum nauwgezet op te volgen. Onze medewerkers kennen de risico's.

Heeft u zich tijdens uw verblijf in het Oogcentrum op enig moment onveilig gevoeld of bent u een situatie tegengekomen die voor u of anderen in het Oogcentrum gevaarlijk kan zijn? U helpt ons door dat aan ons te melden. U kunt dat ter plekke melden aan iedere medewerker van het Oogcentrum of achteraf telefonisch, per brief of per e-mail. Wij bespreken alle meldingen en nemen de mogelijke maatregelen om gevaarlijke situaties op te lossen.

Oogcentrum Noordholland beschikt over de "Meldcode kindermishandeling en huiselijk geweld". Dit betekent dat een medewerker van Oogcentrum Noordholland bij het signaleren van dergelijke signalen volgens een vastgesteld stappenplan te werk gaat en mogelijk hulp biedt aan het slachtoffer of een melding doet bij "Veilig Thuis".

## Bereikbaarheid

Oogcentrum Noordholland

Gildestraat 10

1704 AG Heerhugowaard

Telefoonnummer 088-9191800

Openingstijden ma-vr 8.00-16.30 uur

Voor spoedgevallen zijn wij 24 uur per dag bereikbaar op telefoonnummer 088-9191800.

Toetst u voor spoedgevallen buiten werktijden een 9 in. U wordt dan doorverbonden met één van de oogartsen van het Oogcentrum of met het Rode Kruis Ziekenhuis te Beverwijk, waarmee wij een samenwerkingsverband hebben.

[www.oogcentrumnoordholland.nl](http://www.oogcentrumnoordholland.nl)  
[info@oogcentrumnoordholland.nl](mailto:info@oogcentrumnoordholland.nl)