

Oogheelkunde

Blefaritis (ooglidrandontsteking) en Meibomklierdysfunctie

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

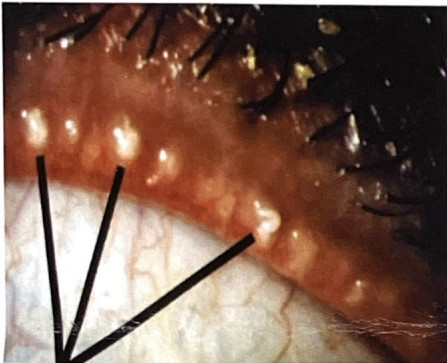
Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2402 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

Uw oogarts heeft vastgesteld dat er bij u sprake is van blefaritis en/of Meibomklierdysfunctie. In deze folder geven wij u informatie over deze aandoeningen en de behandeling. Beide aandoeningen veroorzaken een onbalans op de oogleden. De verschijnselen van zowel blefaritis en Meibomklierdysfunctie kunnen bestaan uit een geïrriteerd, branderig gevoel en soms rode ogen. De klachten kunnen vervelend zijn, maar zijn in principe onschuldig.

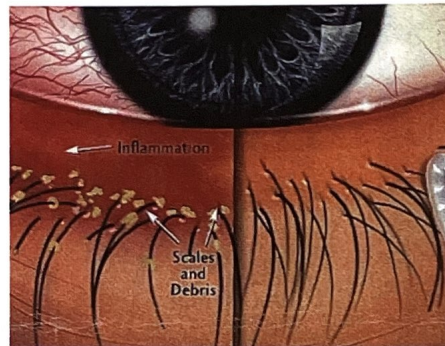
Wat is blefaritis?

Blefaritis is een chronische ontsteking van de ooglidranden. Haarzakjes en talgklierijtjes op de ooglidrand zijn ontstoken (zie fig 1).

Overmatige talgproductie door Meibomklierijtjes op de ooglidrand leidt tot overgroei van huidbacteriën die normaal gesproken onschuldig zijn. Deze bacteriën produceren stoffen die de huid en het oog irriteren. Het afweersysteem reageert hierop met een chronische ontstekingsreactie. De normale ooglidbalans is dan verstoord. Er komt daardoor een soort 'roos' in de wimpers te zitten: schilfers en korstjes (zie fig 2). Het kan op alle leeftijden voorkomen, bij heel jonge kinderen en bij oudere mensen.



Figuur 1: Ontstoken Meibomklierijtjes



Figuur 2: Het verschil tussen de ooglidrand met blefaritis (links) en een normale ooglidrand (rechts)

Wat is meibomklierdysfunctie?

De Meibomklierijtjes zitten tussen de wimpers op de rand van de oogleden en produceren een olieachtige substantie. Dit vetlaagje (lipidelaag) zorgt er normaal gesproken voor dat de tranen niet te snel verdampen. Bij Meibomklierdysfunctie produceren deze klierijtjes óf teveel talg óf de klieruitgangen (de poriën) zijn verstopt geraakt.

Meibomklierdysfunctie komt veel voor, op iedere leeftijd. Het komt vaker voor bij mensen met huidaandoeningen, zoals eczeem, acne en rosacea, maar het kan ook zonder oorzaak ontstaan.

Symptomen Blefaritis/Meibomklierdysfunctie

- Irritatie
- Jeuk
- Branderige ogen
- Vastplakkende oogleden
- Ogen die moe aanvoelen
- Kleine korstjes tussen de oogharen
- Droge ogen



Behandeling

Voor zowel blefaritis als Meibomklierdysfunctie wordt onderstaande combinatie van warme kompressen en ooglidhygiëne geadviseerd.

1. Warme oogkompressen

Warme oogkompressen zorgen ervoor dat talg in de Meibomkliertjes en de korstjes tussen de wimpers zachter worden, zodat deze gemakkelijker zijn schoon te maken.

Belangrijk: u moet de oogleden zeker 10 minuten met de warme oogkompressen bedekken. Het duurt namelijk 10 minuten voordat talg in de oogleden smelt.

Hoe gebruikt u warme oogkompressen?

- Verwarm een washandje of wattenschijfje met warm water, of een speciaal daarvoor bedoeld "oogmasker".
- Test eerst op de rug van uw hand of het niet te warm is: het moet goed warm zijn, maar de huid mag niet verbranden.
- Leg de warme washand/wattenschijf op uw gesloten ogen en laat deze 10 minuten op uw ogen zitten.
- Het is belangrijk dat de doek voldoende warm blijft, dus verwarm deze regelmatig opnieuw in warm water.
- Gebruik de kompressen bij voorkeur twee keer per dag, vóór het poetsen van de ooglidranden.
- Als de klachten zijn verbeterd, kunt u het minder vaak gaan doen, maar minimaal 2 keer per week.



2. Ooglidhygiëne

Bij ooglidhygiëne poetst u de ooglidranden, daar waar de wimpers zitten (vergelijkbaar met het afpoetsen van mascara). Hiermee verwijdert u talg, schilfers en korstjes, daardoor zullen uw klachten verminderen.

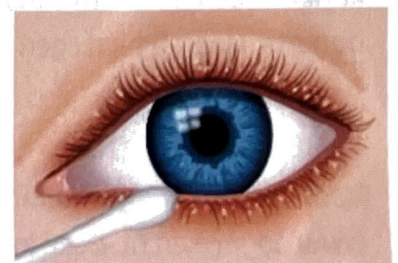
Benodigheden

U kunt poetsen met wattenstokjes, wattenschijfjes of (onsteriele) gaasjes die zijn bevochtigd met:

- óf speciale middelen zoals Blephasol of Cilclar (zonder recept verkrijgbaar bij uw apotheek);
- óf een zelfgemaakte oplossing van 2 à 3 druppeltjes babyshampoo in een glas warm kraanwater.

Hoe poetst u uw ooglidranden?

- Poets uw ooglidrand bij de aanzet van de wimperhaartjes, heen en weer.
- Let er op dat u uw oog niet beschadigt: niet in het oog poetsen, alleen de wimperrand aan de buitenkant.
- Bij het poetsen van het onderooglid trekt u de ooglidrand naar beneden en bij het poetsen van het bovenooglid trekt u de ooglidrand naar boven.
- Poets tot de huidschilfers en het vet van de ooglidranden zijn verdwenen.
- Vindt u het zelf lastig om te poetsen, dan kunt u dit ook door iemand anders laten doen.



Verbetering van de klachten

Als u veel last heeft adviseren wij u om de combinatie van warme kompressen en ooglidhygiëne tweemaal per dag toe te passen. Vaak verminderen na enkele weken de klachten. Dan kunt u éénmaal per dag of zelfs een paar keer per week gaan behandelen.

Blefaritis en Meibomklierdysfunctie zijn vaak chronisch. Om zo min mogelijk last te hebben van schilfering en roodheid van de oogleden moet u de ooglidhygiëne altijd volhouden.

De klachten gaan ondanks de behandeling niet altijd helemaal weg. Verder kunnen perioden zonder klachten afgewisseld worden met perioden waarin klachten toenemen. Het advies is te poetsen zo vaak als nodig is om de oogleden zo rustig mogelijk te houden. Bij meer klachten: vaker poetsen. Bij minder klachten: minder vaak poetsen, maar niet minder dan eenmaal per week.

Gebruik geen oogmake-up wanneer de ooglidranden ontstoken zijn.

Antibiotica

In sommige gevallen zal uw oogarts een oogzalf voorschrijven met antibiotica of met antibiotica en corticosteroiden. Deze zalf brengt u twee keer per dag dun aan op de ooglidranden, na het poetsen. Deze zalf wordt voorgeschreven voor een periode van één tot enkele weken. Daarna moet u er weer mee stoppen.

Uw arts kan vervolgens samen met u besluiten om de behandeling met oogzalf te herhalen of een langdurige antibioticumkuur voor te schrijven.

Tot slot

Denkt u eraan bij ieder bezoek aan het ziekenhuis een geldig legitimatiebewijs (paspoort, identiteitsbewijs, rijbewijs), een actueel medicatie overzicht en uw zorgverzekeringsspas mee te nemen. Zijn uw gegevens (verzekering, huisarts, etc.) gewijzigd, meldt u dit dan bij de patiëntenregistratie op de begane grond in de hal van het ziekenhuis.

Uw team

Op onze polikliniek werken naast de oogartsen ook optometristen, orthoptisten en TOA's (technisch oogheelkundig assistenten). Zij zullen voorafgaand aan uw bezoek aan de oogarts de vooronderzoeken doen. Houdt u daarom rekening met een langere bezoektijd op onze polikliniek.

Daarnaast is Alrijne Ziekenhuis een opleidingsziekenhuis. Dit betekent dat u onderzocht en behandeld kunt worden door een coassistent of een oogarts in opleiding, beiden onder directe supervisie van uw oogarts. Heeft u hiertegen bezwaar, meldt u dit dan voor aanvang van de afspraak.

Meer informatie

Voor meer achtergrondinformatie over oogaandoeningen en de behandeling ervan kunt u kijken op www.oogartsen.nl. Deze informatieve site wordt onderhouden door onder anderen de oogartsen van Alrijne Ziekenhuis. U vindt er teksten, foto's, filmpjes en handige links naar bijvoorbeeld patiëntenverenigingen. Ook kunt u veel informatie vinden op de website: www.oogheelkunde.org.

Verbetering van de klachten

Als u veel last heeft adviseren wij u om de combinatie van warme kompressen en ooglidhygiëne tweemaal per dag toe te passen. Vaak verminderen na enkele weken de klachten. Dan kunt u éénmaal per dag of zelfs een paar keer per week gaan behandelen.

Blefaritis en Meibomklierdysfunctie zijn vaak chronisch. Om zo min mogelijk last te hebben van schilfering en roodheid van de oogleden moet u de ooglidhygiëne altijd volhouden.

De klachten gaan ondanks de behandeling niet altijd helemaal weg. Verder kunnen perioden zonder klachten afgewisseld worden met perioden waarin klachten toenemen. Het advies is te poetsen zo vaak als nodig is om de oogleden zo rustig mogelijk te houden. Bij meer klachten: vaker poetsen. Bij minder klachten: minder vaak poetsen, maar niet minder dan eenmaal per week.

Gebruik geen oogmake-up wanneer de ooglidranden ontstoken zijn.

Antibiotica

In sommige gevallen zal uw oogarts een oogzalf voorschrijven met antibiotica of met antibiotica en corticosteroiden. Deze zalf brengt u twee keer per dag dun aan op de ooglidranden, na het poetsen. Deze zalf wordt voorgeschreven voor een periode van één tot enkele weken. Daarna moet u er weer mee stoppen.

Uw arts kan vervolgens samen met u besluiten om de behandeling met oogzalf te herhalen of een langdurige antibioticumkuur voor te schrijven.

Tot slot

Denkt u eraan bij ieder bezoek aan het ziekenhuis een geldig legitimatiebewijs (paspoort, identiteitsbewijs, rijbewijs), een actueel medicatie overzicht en uw zorgverzekeringspas mee te nemen. Zijn uw gegevens (verzekering, huisarts, etc.) gewijzigd, meldt u dit dan bij de patiëntenregistratie op de begane grond in de hal van het ziekenhuis.

Uw team

Op onze polikliniek werken naast de oogartsen ook optometristen, orthoptisten en TOA's (technisch oogheelkundig assistenten). Zij zullen voorafgaand aan uw bezoek aan de oogarts de vooronderzoeken doen. Houdt u daarom rekening met een langere bezoektijd op onze polikliniek.

Daarnaast is Alrijne Ziekenhuis een opleidingsziekenhuis. Dit betekent dat u onderzocht en behandeld kunt worden door een coassistent of een oogarts in opleiding, beiden onder directe supervisie van uw oogarts. Heeft u hiertegen bezwaar, meldt u dit dan voor aanvang van de afspraak.

Meer informatie

Voor meer achtergrondinformatie over oogaandoeningen en de behandeling ervan kunt u kijken op www.oogartsen.nl. Deze informatieve site wordt onderhouden door onder anderen de oogartsen van Alrijne Ziekenhuis. U vindt er teksten, foto's, filmpjes en handige links naar bijvoorbeeld patiëntenverenigingen. Ook kunt u veel informatie vinden op de website: www.oogheelkunde.org.

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen naar aanleiding van deze folder, stelt u deze dan aan uw oogarts of de medewerkers van de polikliniek oogheelkunde.

De polikliniek oogheelkunde Alrijne Ziekenhuis Leiden heeft routenummer 7 en is van maandag tot en met vrijdag telefonisch te bereiken via 071 517 83 24 van 08.30 tot 12.30 en van 13.30 tot 16.30 uur.

De polikliniek oogheelkunde Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp heeft routenummer 7 en is van maandag tot en met vrijdag telefonisch te bereiken via 071 582 8058 van 08.30 tot 12.30 uur en van 13.30 tot 16.30 uur.

De polikliniek oogheelkunde Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn heeft routenummer 40 en is van maandag tot en met vrijdag telefonisch te bereiken via 0172 467 058 van 08.30 tot 12.30 uur en van 13.30 tot 16.30 uur.

De spoedeisende hulp (SEH) van Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp is telefonisch te bereiken via 071 582 8905.

Vragen

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen naar aanleiding van deze folder, stelt u deze dan aan uw oogarts of de medewerkers van de polikliniek oogheelkunde.

De polikliniek oogheelkunde Alrijne Ziekenhuis Leiden heeft routenummer 7 en is van maandag tot en met vrijdag telefonisch te bereiken via 071 517 83 24 van 08.30 tot 12.30 en van 13.30 tot 16.30 uur.

De polikliniek oogheelkunde Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp heeft routenummer 7 en is van maandag tot en met vrijdag telefonisch te bereiken via 071 582 8058 van 08.30 tot 12.30 uur en van 13.30 tot 16.30 uur.

De polikliniek oogheelkunde Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn heeft routenummer 40 en is van maandag tot en met vrijdag telefonisch te bereiken via 0172 467 058 van 08.30 tot 12.30 uur en van 13.30 tot 16.30 uur.

De spoedeisende hulp (SEH) van Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp is telefonisch te bereiken via 071 582 8905.