

Ontsteking van de ooglidranden

Blefaritis

Door uw oogarts is vastgesteld dat u last heeft van blefaritis. In deze folder staat wat blefaritis is, wat hiervan de oorzaken zijn en wat u kunt doen om de klachten van blefaritis te verlichten.

De diagnose

Blefaritis is een langdurige, chronische ontsteking van de ooglidranden, waarbij de haarzakjes en de talgklieren op de ooglidrand ontstoken zijn.

Klachten

Blefaritis is een hinderlijke, maar onschuldige aandoening die veel klachten kan veroorzaken. U kunt last hebben van irritatie, jeuk of branderigheid van de ogen en vastplakkende oogleden. Ook kunnen de ogen moe aanvoelen. Vaak vormen zich kleine korstjes tussen de oogharen.

Droge ogen

In uw ooglidranden zitten kliertjes die stoffen aanmaken die belangrijk zijn voor de stabiliteit van de laag traanvocht op uw oog. Als u blefaritis heeft en de ooglidranden ontstoken zijn, werken deze kliertjes niet goed. Het gevolg is dat u last kunt krijgen van droge ogen. Informatie over droge ogen vindt u in een aparte folder.

Oorzaken

Blefaritis wordt veroorzaakt door een chronische bacteriële infectie van de haarzakjes en de talgklieren in de ooglidranden. De bacteriën maken stoffen die het oog irriteren. De ontstoken talgklieren maken te veel of te weinig talg, wat kan zorgen voor branderige, droge ogen. De precieze oorzaak van de ontsteking is onbekend. Blefaritis komt vaker voor bij mensen met huidaandoeningen, zoals eczeem, acne en rosacea.

De behandeling

Blefaritis is een chronische, hardnekkige aandoening, die u moet blijven behandelen. Als u stopt met de behandeling komen de klachten vaak terug.

Schoonmaken van de oogleden

Het belangrijkste bij het behandelen van blefaritis is om twee keer per dag de ooglidranden schoon te maken om talg en korstjes te verwijderen. Dit zorgt voor minder klachten. Doe dit bijvoorbeeld na het wakker worden en voor het slapen gaan. Vindt u het zelf lastig om te poetsen, dan kunt u dit ook door iemand anders laten doen.

Voor het schoonmaken kunt u speciale middelen gebruiken zoals Blephasol. Dit kunt u zonder recept kopen bij uw apotheek. U kunt ook zelf een oplossing met verdunde babyshampoo maken. U heeft hiervoor nodig:

- Een glas warm kraanwater
- 2 à 3 druppeltjes babyshampoo

Meng de druppeltjes babyshampoo met het warme kraanwater.

Dip een wattenstokje of steriel gaasje in de verdunde oplossing of in de Blephasol. Poets de ooglidrand bij de inplant van de wimperhaartjes. Doe dit vanaf de buitenkant naar de neus. Poets met masserende bewegingen en let er op dat u uw oog niet beschadigt. 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. Is het bij u lastig om de korstjes te verwijderen? Gebruik dan voor het schoonmaken warme oogkompresen. Hieronder kunt u lezen hoe u dit doet.

Warme oogkompresen

Warme oogkompresen zorgen ervoor dat het talg in de talgkliertjes en de korstjes tussen de wimpers zachter worden, zodat deze gemakkelijker zijn te verwijderen. Verwarm een washandje of zakdoek met warm water. Test eerst op de rug van de hand of de doek niet te warm is. Leg de warme, natte doek op uw gesloten ogen en laat deze 10 minuten op de ogen liggen. Het is belangrijk dat de doek voldoende warm blijft. Maak de doek dus tussendoor opnieuw warm met water. De duur van het verwarmen is erg belangrijk, omdat het 10 minuten duurt voordat de talg in de oogleden smelt en daardoor makkelijker uit de talgklier komt.

Oogzalf

Als de blefaritis hardnekkig is kan uw oogarts een oogzalf voorschrijven met antibiotica of met antibiotica en corticosteroïden. Deze zalf moet u twee keer per dag aanbrengen op de ooglidranden, na het schoonmaken. Deze zalf wordt voorgeschreven voor een periode van één tot enkele weken, waarna u weer moet stoppen met de zalf. Uw arts kan wel samen met u besluiten dat u de behandeling met oogzalf mag herhalen als dat nodig is.

Belangrijk om te weten

Blefaritis is een chronische aandoening die u moet blijven behandelen. Ondanks de behandeling gaan de klachten niet altijd helemaal weg. Verder kunnen perioden zonder klachten afgewisseld worden met perioden waarin klachten toenemen.

Wanneer de klachten verdwenen zijn en u stopt met regelmatig schoonmaken van de oogleden kunnen de klachten terugkomen. Het is daarom belangrijk de behandeling vol te houden. Dit betekent: oogleden dagelijks schoonmaken en eventueel warme kompressen gebruiken, ook wanneer de klachten verdwenen zijn. Gebruik geen oogmake-up wanneer de ooglidranden ontstoken zijn.

www.mcl.nl

Polikliniek oogheelkunde
MCL, route 16
MCL Harlingen, wachtkamer 1

058 – 286 69 80
0517 – 499 809