

Oogheelkunde: Blepharitis & Meibomklierdysfunctie

Blepharitis is een chronische ontsteking van de ooglidranden. Het is een onschuldige maar hinderlijke aandoening, waarbij perioden zonder klachten afgewisseld kunnen worden met perioden waarin klachten toenemen. Blepharitis wordt veroorzaakt door een chronische bacteriële infectie. Blepharitis komt vaker voor bij mensen met huidaandoeningen, zoals eczeem, acne en rosacea.

Er zijn twee vormen van blepharitis: anterieure blepharitis en posterieure blepharitis. U kunt last hebben van een of beide vormen.

- **Anterieure blepharitis**

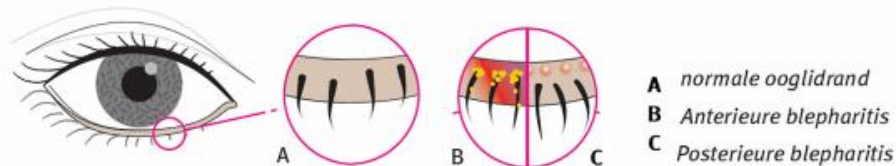
Bij anterieure blepharitis zijn uw ooglidranden ontstoken. Er ontstaan schilferingen en korstjes rondom de wimpers en op de ooglidrand die de talgklieren (Meibomklieren) kunnen doen verstopen.

- **Posterieure blepharitis**

Bij posterieure blepharitis zijn de afvoergangen van de talgklierjes van Meibom verstopt. De talg die geproduceerd wordt door de Meibomklieren is normaal nodig om het verdampen van het traanvocht op het oogoppervlak (de traanfilm) tegen te gaan. Een posterieure blepharitis leidt tot een verminderde afgifte van vet aan de traanfilm, dit heet **meibomklierdysfunctie**.

Verstopte Meibomklieren vormen waarschijnlijk de belangrijkste en meest voorkomende oorzaak van klachten van droge ogen.

Een meibomklierdysfunctie komt heel veel voor. Het kan op zichzelf voorkomen maar kan ook heel verschillende oorzaken hebben, zoals medicijn- of contactlensgebruik, allergie, hormonale veranderingen zoals zwangerschap en overgang (menopauze), algemene ziektes zoals diabetes mellitus (suikerziekte) en schildklier-aandoeningen.



Klachten

Blepharitis veroorzaakt jeuk, irritatie en verdikte ooglidranden met schilfertjes tussen uw wimpers. Ook kunnen tranende ogen optreden.

Behandeling

U kunt blepharitis behandelen door dagelijks warme oogkompresen te gebruiken en daarna de oogleden te 'poetsen' en/of te masseren. De behandeling is erop gericht om het aantal bacteriën op de ooglidrand en in de kliertjes te verminderen. Voor het beste resultaat voert u de behandeling twee keer per dag uit. Het liefst 's ochtends na het opstaan en 's avonds voor het slapen gaan.

Blepharitis geneest niet. Wel kunt u het onder controle houden waardoor u er weinig of geen last meer van heeft. Wij adviseren u dan ook om de behandeling dagelijks vol te houden, ook wanneer de klachten verdwenen zijn.

- **Warme kompressen**

Allereerst gebruikt u een warm oogkompres om het talg en de korstjes zachter te maken, zodat deze gemakkelijker zijn te verwijderen. U kunt een warme washand als oogkompres gebruiken. Plaats deze **gedurende 10 minuten** op gesloten ogen. Het is belangrijk dat de kompressen voldoende warm blijft, dus verwarm deze tussentijds opnieuw met warm water. Er zijn ook speciale oogmaskers beschikbaar die u als warmtekompres kunt gebruiken.

- **Reinigen ooglidranden / ooglidhygiëne**

U vervolgt de behandeling door de oogleden te reinigen.

Hierbij heeft u het volgende nodig: een glas met warm kraanwater, babyshampoo en wattenstaafjes of gaasjes. U kunt ook een speciaal reinigingsproduct gebruiken. Deze producten zijn zonder recept verkrijgbaar bij uw apotheek.

Los 3 druppels babyshampoo op in het glas met warm kraanwater. Doop het wattenstaafje of gaasje in de verdunde oplossing. Met het natte wattenstaafje of gaasje reinigt u de ooglidranden. U maakt poetsende horizontale bewegingen vanaf de buitenkant van uw oog richting de neus. Bij het poetsen van het onderooglid trekt u het ooglid met uw vingertoppen naar beneden. Bij het poetsen van het bovenooglid trekt u het ooglid met uw vingertoppen naar boven. Poets tot de huidschilfers en de korstjes weg zijn. Let goed op dat u de ooglidrandjes in gedeeltes poets.

Pak tussendoor een nieuw nat wattenstaafje, op het gedeelte wat nog niet is gepoetst.

Pas op dat u uw oog niet beschadigt. Vindt u het lastig om zelf te poetsen, dan kunt u dit ook iemand anders laten doen.

- **Leegstrijken talgkliertjes**

Bij een posterieure blepharitis (meiboomklierdysfunctie) vervolgt u de behandeling door de talgkliertjes leeg te strijken.

U pakt een droog wattenstaafje. Met het wattenstaafje maakt u masserende verticale bewegingen richting de ooglidrand. Oefen genoeg druk uit om de talgkliertjes leeg te strijken. **Pas op dat u hierbij uw oog niet beschadigt.** Vindt u het lastig om dit zelf te doen, dan kunt u dit ook iemand anders laten doen.

Tot slot

Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek Oogheelkunde. De polikliniek Oogheelkunde is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 8.00 tot 16.30 uur via telefoonnummer: (079) 346 25 52.

december 2021 © HagaZiekenhuis Zoetermeer