

Oogheelkunde

Blepharitis

(ooglidrandontsteking)

Wat is blepharitis?

Blepharitis is een ontsteking, en vaak ook infectie, van de ooglidrand. In de ooglidrand zitten de talgkliertjes (de kliertjes van Meibom) en de haarzakjes met de wimperharen. Blepharitis komt op alle leeftijden voor.

Meibomklierdysfunctie

Een ontsteking en infectie bij blepharitis ontstaat vaak als de kliertjes van Meibom niet goed werken. De Meibomkliertjes kunnen verstopt zijn, maar ook te veel talg afgeven. Dit wordt Meibomklierdysfunctie genoemd. De talg die wordt gemaakt door de Meibomklieren is nodig om het verdampen van de tranen op het oogoppervlak (de traanfilm) tegen te gaan.

Verstopte Meibomklieren zijn waarschijnlijk de belangrijkste en meest voorkomende oorzaak van klachten van droge ogen (zie de folder “Droge ogen”).

Als door de Meibomkliertjes te veel talg (vetten) wordt gemaakt, blijft dit aan de wimperharen kleven. Dit wordt daarna zuur, waardoor de ooglidranden geïrriteerd raken. Huidbacteriën, die normaal onschuldig zijn, kunnen bij deze irritatie harder gaan groeien en een ontsteking veroorzaken.

Oorzaken van blepharitis

Problemen met de talgklieren in de ooglidrand komen veel voor. Dit kan uit zichzelf ontstaan, maar kan ook verschillende oorzaken hebben, zoals:

- Een huidaandoening: bijvoorbeeld eczeem (seborrhoïsch eczeem: een schilferige aandoening van de huid) of acne rosacea (een vorm van acne die meestal pas na het 30ste levensjaar voorkomt).
- Medicijngebruik.
- Contactlensgebruik.
- Allergie.
- Hormonale veranderingen zoals zwangerschap en overgang (menopauze).
- Algemene ziektes zoals diabetes mellitus (suikerziekte) en schildklierandoeningen.

Klachten

De klachten bij blepharitis en Meibomklierdysfunctie kunnen bestaan uit een stekend, branderig gevoel en pijnlijke, rode oogleden, soms rode ogen en schilfers aan de wimperharen. Ook kunt u last hebben van jeuk en tranende ogen.

Er kunnen complicaties ontstaan, waarbij het oog zelf geïnfecteerd raakt. Aantasting van het hoornvlies door zweervorming komt soms voor. Een verstopte talgklier of haarzakje kan soms nog extra ontsteken en opzwellen. Dit wordt chalazion (bij een talgklier) en hordeolum (bij een haarzakje) genoemd.

Behandeling

Blepharitis is te verhelpen door zelf de ooglidranden en wimpers goed schoon te maken. Volg daarvoor onderstaande stappen.

- Verwarm de wimpers en de ooglidrand 10 minuten door een verwarmd washandje of kompres op de gesloten ogen te leggen (zo warm dat de huid het net aankan maar niet verbrandt). Het kompres moet warm blijven: verwarm het tussentijds opnieuw onder warm water.
- Bij verstopte talgkliertjes: masseer na verwarming de ooglidranden (op en neer) zodat de talg naar buiten wordt gedrukt.
- Bij te veel talgproductie (schilfers en korstjes tussen de wimpers): ‘poets’ na verwarming de ooglidranden en wimpers schoon (heen en weer) met een nat gemaakt wattenstaafje of gaasje, bij voorkeur gedoopt in een glas met lauw water waaraan 2 tot 3 druppels babyshampoo zijn toegevoegd.

Op www.youtube.com zijn verschillende video's over het schoonmaken van de ooglidranden te vinden, met de zoekterm “reinigen oogleden”.

Als u klachten hebt, pas deze stappen dan 2 keer per dag toe, 1 keer 's ochtends en 1 keer 's avonds. Als de klachten verminderen, meestal na een paar weken, kunt u dit terugbrengen naar 1 keer per dag of een paar maal per week.

Ooglidrandontsteking is vaak een blijvende klacht. Helemaal stoppen met het schoonmaken van de ooglidranden is meestal niet verstandig, omdat de klachten dan vaak weer snel en/of heftig terugkeren.

Ooggel of -zalf

Als het zelf reinigen de ooglidrandontsteking niet voldoende verhelpt, kan de oogarts u een ooggel, oogdruppels of oogzalf voorschrijven. Deze kunt u na het schoonmaken van de oogleden aanbrengen.

Kunsttranen

Als er bij de ooglidrandontsteking klachten van droge ogen optreden, kunt u kunsttranen voorgeschreven krijgen.

Omega-3

Soms kunnen omega-3 vetzuren in visolie en vette vissoorten vermindering van de klachten geven.

Tenslotte

Als u na het lezen van deze informatie nog vragen hebt, kunt u deze het beste stellen aan uw oogarts.

U kunt ook contact opnemen met de polikliniek Oogheelkunde. De polikliniek is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag tussen 08:30 en 16:00 uur.

T: 0515 - 48 81 53. Volg het keuzemenu.