

Wat?

Uw tranen zorgen voor een goede gezondheid van het oogoppervlak. Ze zijn het smeermiddel dat ervoor zorgt dat uw ooglid mooi kan glijden over het oogoppervlak en de er **een barrière wordt gevormd voor schadelijke factoren** die het oog binnentreden. Bovendien zorgt ze voor optimaal comfort.

Aanmaak en afvoer van tranen

De tranen worden continu aangemaakt. Deze tranen worden **verspreid over het oog door de knipperslag van de oogleden en weer afgevoerd via het traanafvoersysteem**. Op het onder- en bovenooglid aan de neuskant zit een traanpunt (punctum). Hier begint het afvoersysteem van het oog, het traankanaal.

De tranenlaag zelf bestaat uit meerdere componenten die door verschillende klieren worden aangemaakt. **Op meerdere plaatsen kan het dus fout lopen en kan dit leiden tot droge ogen.**

Diagnose

Uw oogarts kan de diagnose 'droge ogen' stellen na een oogonderzoek, waarbij de **hoeveelheid en de kwaliteit van het traanvocht gemeten wordt**. De oogarts kijkt tevens naar de bevochtiging van het hoornvlies en of er schade is opgetreden door te weinig traanvocht.

Klachten

Kunnen heel uiteenlopend zijn. Droge ogen tot zelfs net tranende ogen, rode ogen, pijn, minder scherp zien, vermoeide ogen, jeuk, zandkorrelgevoel, lichtgevoeligheid, intolerantie contactlenzen, irritatie aan wind en rook,...

Oorzaak

Zeer complex. Vaak is het een combinatie van factoren zoals leeftijd, een droge werkomgeving, veel computerwerkzaamheden, het dragen van contactlenzen, hormonale veranderingen, de hersteltijd na een ooglaserverhandeling of systemische aandoeningen.

Behandeling

De behandeling van droge ogen bestaat in eerste instantie in het lubrificeren, het bevochtigen van het oog. Dit gebeurt door **het indruppelen van kunstmatige tranen**. Daarvan bestaan er heel wat. De oogarts kiest vaak deze specifieke kunsttraan die bij u vermoedelijk het meest winst zal geven.

Deze kunsttranen zijn vrij te verkrijgen bij de apotheek.

Aanpak van oorzakelijke factoren (bv. Overmatig schermwerk, incorrecte contactlenzen, systeemziekte,..) is uiteraard ook steeds aan de orde. Dit bespreekt uw oogarts met u.

Soms wordt overgegaan tot het plaatsen van **een punctum plug**.

Wat is een punctum plug?

Bij droge ogen wordt er niet genoeg traanvocht geproduceerd of teveel traanvocht afgevoerd, waardoor het hoornvlies langzaam uitdroogt. **Door de punctum af te dekken met een punctum plugje, wordt voorkomen dat de tranen te snel worden afgevoerd** en heeft u langer profijt van uw tranen.

Een punctum plug is een klein 'stopje', gemaakt van silicone of collageen materiaal. De pluggen zien eruit als kleine paddenstoelen en wanneer de plug geplaatst is, is deze niet te zien in het oog.

Met een plugje wordt het afvoerkanaal van de tranen tijdelijk dicht gemaakt, zodat **de tranen langer het oog kunnen bevochtigen en u minder snel of in sommige gevallen zelfs helemaal geen last meer heeft van droge ogen en comfort klachten**.

Er bestaan verschillende soorten punctum pluggen die, afhankelijk van het type materiaal, een paar weken tot permanent blijven zitten. De pluggen beïnvloeden uw gezichtsscherpte niet en kunnen goed gecombineerd worden met contactlenzen of make-up. **De permanente pluggen worden meestal om de 2 jaar vervangen**.