Oogdruppels en oogzalf

Over het algemeen krijgt u na een bezoek aan de oogarts of na een oogoperatie een recept voor oogdruppels of oogzalf. Deze medicatie krijgt u vanwege een oogziekte, bv glaucoom of vanwege voorkoming/genezing van een infectie. Houd u dus goed aan het voorschrift.

U gaat door met het gebruik van de voorgeschreven oogdruppels of de oogzalf tot de controle bij de oogarts op de polikliniek of zolang als de oogarts deze voorgeschreven heeft. Op deze pagina geven wij u informatie over het gebruik van de oogdruppels en/of oogzalf.

Aandachtspunten

- Lees de bijsluiter zodat u weet hoe u de medicijnen het beste kunt bewaren en welke bijwerkingen kunnen optreden.
- Wanneer u een flesje of tube opent, let dan op de houdbaarheidsdatum en noteer de datum van openen op het etiket van het flesje of tube. Op die manier kunt u later nagaan of u de medicatie nog mag gebruiken. Oogdruppels en oogzalf zijn meestal houdbaar tot 1 maand na het openen van de verpakking. Meer informatie over de houdbaarheid vindt u meestal op de verpakking of bij uw apotheek.
- Mocht u per ongeluk uw oog, oogleden of wimpers raken, maak dan het flesje of de tube schoon met een tissue.
- Wanneer de oogzalf te dik is, kan het helpen de tube van te voren even op te warmen tussen de handen. De zalf wordt dunner als deze warm is.

Contactlenzen

Bij het gebruik van oogdruppels adviseren wij u 's ochtends te druppelen vóór het indoen van de lenzen en/of 's avonds te druppelen nadat u de lenzen hebt uitgedaan. Als u vaker op een dag druppelt, moet u de lenzen uitdoen. 30 Minuten na het druppelen kunt u de lenzen eventueel weer indoen. Het conserveermiddel in de oogdruppels kan namelijk schadelijk zijn voor zachte lenzen. Harde lenzen kunt u direct na het druppelen weer indoen. Na het gebruik van oogzalf mag u 8 uur lang geen contactlenzen dragen.

Dosering en tijden

Oogdruppels werken optimaal indien u 1 druppel en niet meer per keer druppelt. U kunt dit oefenen door op een tissue te druppelen, zodat u ervaart hoe hard u moet knijpen.

- Als u **meerdere soorten oogdruppels** gebruikt, wacht dan tenminste 5 minuten tussen de verschillende druppels.
- Als u **zowel oogdruppels als oogzalf** gebruikt, gebruik dan eerst de oogdruppels en na 5 minuten de oogzalf.
- Als u **meer dan 2x per dag** oogdruppels of oogzalf moet gebruiken, probeer dan de tijdstippen van gebruik zoveel mogelijk over de dag te verspreiden, vanaf opstaan tot slapen gaan.

- Als u **2x per dag** oogdruppels moet gebruiken, dan moeten er 12 uur tussen de eerste keer druppelen en tweede keer druppelen zitten. De tabel op de volgende pagina kunt u gebruiken als geheugensteun, zodat u alle medicatie op het juiste moment met de juiste dosering gebruikt.

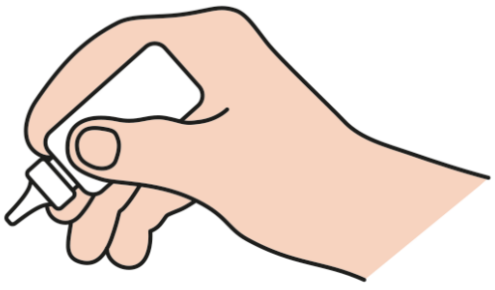
Oogdruppelen bij uzelf

Als u bij uzelf druppelt, volgt u de onderstaande stappen. Als u beide ogen druppelt, dan adviseren wij u de stappen per oog uit te voeren.

1. Was uw handen met zeep en droog ze goed af.



2. Ga rechtop zitten. Neem het flesje oogdruppels in uw hand alsof u een pen vasthoudt. Gebruik de hand die voor u het prettigst aanvoelt. Meestal is dit de schrijfhand.



3. Trek met de toppen van uw vingers van uw andere hand het onderste ooglid naar beneden, zodat een gootje ontstaat. Laat de palm van uw hand op uw kin rusten.



©St. Antonius Ziekenhuis

4. Buig uw hoofd achterover en kijk met beide ogen naar boven. Kunt u uw hoofd niet goed achterover buigen, ga dan liggen.



©St. Antonius Ziekenhuis

5. Zet de handpalm met het flesje op de knokkels van de hand die het gootje maakt. Breng het flesje boven uw oog. Raak het oog, de oogleden en de wimpers niet met het flesje aan.



©St. Antonius Ziekenhuis

6. Knijp in het flesje en laat 1 druppel in het gootje vallen. Sluit uw oog (niet knijpen). U kunt uw hoofd terugbuigen en rechtop gaan zitten.



©St. Antonius Ziekenhuis

7. Druk uw traanbuis dicht door zachtjes net onder het bobbeltje in de binnenhoek van uw oog te drukken. Doe dit direct na het druppelen om bijwerkingen zoveel mogelijk te voorkomen. Houd dit tenminste 1 minuut vol. Heeft u toch last van bijwerkingen, houd dan 5 minuten aan.



©St. Antonius Ziekenhuis

8. Was uw handen met zeep en droog ze af. Sluit daarna het oogdruppelflesje. het is normaal dat u na het gebruik van oogdruppels of oogzalf tijdelijk wazig ziet.



©St. Antonius Ziekenhuis

Oogdruppelen bij een ander

Als u bij een ander druppelt, volgt u dezelfde stappen. Daarnaast zijn er nog een aantal aanvullende adviezen:

1. Was beiden uw handen en droog deze. Laat de patiënt zitten en ga zelf achter de patiënt staan. Laat de patiënt het hoofd naar achteren buigen en naar boven kijken met beide ogen. Het hoofd van de patiënt kan tegen uw buik rusten.



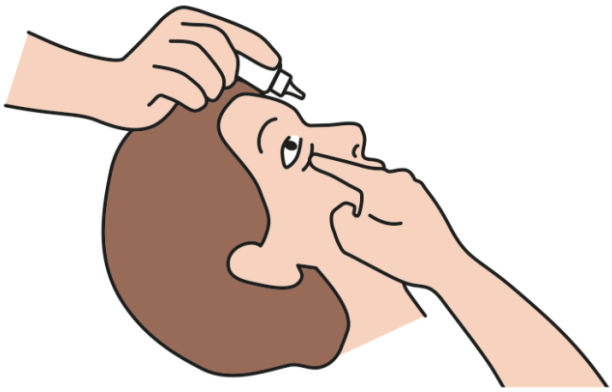
©St. Antonius Ziekenhuis

2. Laat de patiënt een gootje maken door met de wijsvinger het onderste ooglid naar beneden te trekken. Eventueel kunt u dit doen met de duim van uw andere hand. Steun met uw hand op het hoofd van de patiënt en houd het flesje boven het oog.



©St. Antonius Ziekenhuis

3. Knijp in het flesje en laat één druppel in het gootje vallen. Raak met het flesje niet het oog aan.



©St. Antonius Ziekenhuis

4. De patiënt drukt onmiddellijk 1 minuut de traanbuis dicht en kan zijn of haar hoofd weer terugbuigen. Was beiden uw handen en droog deze. Sluit daarna het oogdruppelflesje.



©St. Antonius Ziekenhuis

Hulpmiddelen

Indien u moeite heeft met oogdruppelen, dan kunt u voor advies terecht bij uw apotheek. Zij kunnen u ook informatie geven over de mogelijke oogdruppeltechnieken en hulpmiddelen.

Meer informatie

Zelfredzaam Thuis

Sommige zorghandelingen kunt u zelf leren. De handeling die in deze folder staat, is hiervoor geschikt. Bij Zelfredzaam Thuis (https://www.antoniusziekenhuis.nl/zelfredzaam-thuis) leren u en uw naaste hoe u dit zelf

kunt doen. Dit geeft u meer vrijheid en controle. U bent dan minder afhankelijk van bijvoorbeeld wijkverpleging.

Meer weten? Vraag uw arts of verpleegkundige in het ziekenhuis of kijk op de webpagina Zelfredzaam Thuis (https://www.antoniusziekenhuis.nl/zelfredzaam-thuis).

Gerelateerde informatie

Specialismen

- Oogheelkunde (https://www.antoniusziekenhuis.nl/oogheelkunde)

Contact Oogheelkunde	T 088 320 22 00