



Oogdruppelen en oogzalf

Oogheelkunde

Inleiding

Hieronder wordt informatie uiteengezet over het gebruik van oogdruppels of oogzalf. Deze informatiefolder bevat een medicatieschema en een uitgebreide oogdruppelinstructie.

Doel medicatie

Over het algemeen krijgt u na een bezoek aan de oogarts of na een oogoperatie een recept voor oogdruppels of oogzalf. Deze medicijnen krijgt u vanwege een oogziekte, bv. glaucoom of vanwege voorkoming/genezing van een infectie. Houdt u dus goed aan het voorschrift. U gaat door met het gebruik van oogdruppels of oogzalf tot de controle bij de oogarts op de polikliniek of zolang als de oogarts deze voorgeschreven heeft.

Aandachtspunten

Lees de bijsluiter zodat u weet hoe u de medicijnen het beste kunt bewaren en welke bijwerkingen kunnen optreden. Wanneer u de kleine letters van de bijsluiter niet kunt lezen, kunt u bij uw apotheek om een afgedrukte versie met grote letters vragen.

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 de tube. Op die manier kunt u later nagaan of u de medicatie nog mag gebruiken. Oogdruppels en oogzalf zijn meestal houdbaar tot één 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 oogzalf te dik is kan het helpen de tube van te voren even op te warmen tussen de handen. De verwarmde zalf wordt dunner.

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. Druppelt u vaker per dag, dan dient u de lenzen uit te nemen. Harde lenzen kunt u direct na het druppelen weer indoen. Zachte lenzen mag u 30 minuten na het druppelen weer indoen. Het conserveermiddel in de oogdruppels kan schadelijk zijn voor zachte lenzen. Na het gebruik van oogzalf mag u gedurende 8 uur geen contactlenzen dragen.

Dosering en tijden

Wanneer u meerdere soorten oogdruppels gebruikt, wacht dan tenminste vijf minuten tussen de verschillende druppels. Als u zowel oogdruppels als oogzalf gebruikt, gebruik dan eerst de oogdruppels en na 5 minuten de oogzalf.

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 u hoe hard u moet knijpen.

Wanneer 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. Indien u 2x per dag oogdruppels moet gebruiken, dan moet er 12 uur tussen zitten. Met behulp van de tabel, (op de volgende pagina) deze kunt u gebruiken als geheugensteun, zorgt u ervoor dat u alle medicatie op het juiste moment met de juiste dosering gebruikt.

Naam oogdruppels of oogzalf	L	R	Tijdstippen																		
			Tijp: vul bij de tijden de letter L (linker oog), R (rechter oog) of B (beide ogen) in.																		
			7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23		
	—X—X																				
	—X—X																				
	—X—X																				
	—X—X																				
	—X—X																				
	—X—X																				
	—X—X																				
	—X—X																				
	—X—X																				
	—X—X																				
	—X—X																				
	—X—X																				
	—X—X																				
	—X—X																				

Oogdruppelinstructie

Oogdruppel- instructie

Als u bij uzelf druppelt, volgt u de volgende stappen:



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.



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



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



5. Zet uw hand met het flesje op 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.



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

Oogdruppelen bij een ander

Druppelen bij een ander

Indien u bij een ander druppelt, volgt u in principe de dezelfde stappen.

Voor u gelden nog een aantal aanvullende adviezen:



1. 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.



2. Steun met uw hand op de slaap, het voorhoofd of de neus van de patiënt en houd het flesje boven het oog. Raak het oog, de oogleden en de wimpers niet met het flesje aan.



3. 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.



4. Knijp in het flesje en laat één druppel in het gootje vallen. De patiënt drukt 1 minuut de traanbuis dicht en kan zijn of haar hoofd weer terugbuigen.

Hulpmiddelen

Indien u moeite heeft met oogdruppelen, dan kunt u voor advies terecht bij uw apotheek, de apotheek in het Dijklander Ziekenhuis, de doktersassistente in het Dijklander Ziekenhuis of bij uw thuiszorgorganisatie. Zij kunnen u ook informatie geven over de mogelijke oogdruppel technieken en hulpmiddelen. De keuze van het hulpmiddel is afhankelijk van het druppelflesje dat u gebruikt en van het eventuele probleem dat u ondervindt tijdens het druppelen of zalven.

Meer informatie

De informatie in deze folder kunt u terugvinden op www.oogdruppelen.nl of op [www.Dijklander Ziekenhuis.nl](http://www.DijklanderZiekenhuis.nl). Ook kunt u de oogdruppel instructie gratis downloaden op uw smartphone. In de App Store en Google Play kunt u de app vinden onder de naam 'OOGdruppelen'. De app biedt naast de oogdruppel instructie ook een herinnerings functie, zodat u aan de hand van uw eigen ingestelde tijden weet wanneer u moet druppelen.

Locatie Enkhuizen

Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn

Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend

Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam

Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl



FLD-01507-NL 10-12-2020