

## NHG-PATIËNTENFOLDER

### Oogontsteking

Versiedatum: mei 2005

#### Wat is het?

Het oogwit en de binnenkant van de oogleden zijn bekleed met een dun laagje weefsel, dat we bindvlies noemen.

Bij een oogontsteking is meestal dit bindvlies ontstoken. De binnenkant van de oogleden wordt diep rood en ook het oogwit wordt rood. Er kan slijm of pus aan de binnenkant van de oogleden zitten. Daardoor kunnen de oogleden aan elkaar vastplakken. Vooral 's morgens als u wakker wordt, zijn uw ogen dan moeilijk te openen.

Een oogontsteking geeft een branderig gevoel in een of beide ogen. U kunt het gevoel hebben alsof er een vuiltje of zandkorreltje in uw oog zit. De ogen kunnen tranen en jeuken.

#### Waardoor komt het?

Meestal wordt een oogontsteking veroorzaakt door een virus of bacterie. Daarnaast kan overgevoeligheid een rol spelen, zoals bij hooikoorts. Het kan ook zijn dat uw ogen overgevoelig zijn voor bepaalde soorten make-up. Onhygiënisch omgaan met contactlenzen vergroot de kans op oogontsteking. Ook lenzen te lang inhouden is niet goed. In de (hoogte)zon of in lasstralen kijken, zonder uw ogen te beschermen, kan eveneens een ontsteking geven.

#### Kan het kwaad?

Een oogontsteking kan veel pijn veroorzaken, maar is zelden gevaarlijk. Meestal is het binnen een week vanzelf genezen. Als de ontsteking het gevolg is van overgevoeligheid of een allergie, kan de ontsteking blijven bestaan zolang er contact is met de stof waarvoor u overgevoelig bent.

#### Wat kunt u er zelf aan doen?

- Als de oogleden aan elkaar vastgeplakt zitten, kunt u ze losweken en schoonmaken met een watje of gaasje dat u nat maakt met gewoon kraanwater. Strijk altijd van de buitenste naar de binnenste ooghoek.
- Het is niet goed om contactlenzen te dragen als een oog ontstoken is. Doe uw lenzen pas weer in als de ontsteking helemaal over is.
- Gebruik geen oogmake-up als een oog ontstoken is. Make-up kan een oogontsteking veroorzaken en de genezing vertragen.
- In sommige situaties is bescherming nodig om een oogontsteking te voorkomen. Gebruik een speciale hoogtezonbril als u onder de hoogtezon gaat en zet een zonnebril op als u lang in de felle zon bent. Bij het lassen moet u altijd een lasbril dragen.

#### Wanneer naar de huisarts?



U moet direct contact opnemen met de huisarts:

- als u opeens slecht ziet en knippen niet helpt;
- als uw oog erg pijnlijk is.

Neem contact op met uw huisarts:

- als er iets in uw oog zit wat u er niet uit krijgt;
- als de oogontsteking na drie dagen nog niet minder is geworden;
- als u vermoedt dat overgevoeligheid of allergie een rol speelt;
- als het hele oogwit rood ziet.

Wanneer er andere verschijnselen zijn waarover u zich zorgen maakt, overleg dan met uw huisarts.

 **Afdrukken**  **doorsturen**

