

# PATIËNTENFOLDER

*Oogheelkunde /  
Blepharitis  
(ooglidrandontsteking)*

ACIBADEM  
INTERNATIONAL MEDICAL CENTER

## Inleiding

In deze folder vindt u adviezen en instructies over houding, beweging en oefeningen. Alle oefeningen die voor u van toepassing zijn, neemt de fysiotherapeut eerst met u door. Als de oefening goed gaat, mag u deze zelfstandig uitvoeren. De fysiotherapeut zal dit met u bespreken.

Bij u is blepharitis vastgesteld. In deze folder leest u wat blepharitis is, welke klachten hierbij kunnen optreden en wat u zelf kunt doen om de klachten te verminderen. Deze informatie is een aanvulling op het gesprek met uw arts.

Blepharitis is een veelvoorkomende, meestal chronische ontsteking van de ooglidranden. De klachten kunnen langere tijd aanwezig zijn of regelmatig terugkomen. Perioden met weinig klachten worden vaak afgewisseld met perioden waarin de klachten verergeren.

## Wat is blepharitis?

Blepharitis is een ontsteking van de rand van het ooglid, ter hoogte van de wimpers en/of de talgkliertjes (Meiboomklieren).

Er zijn twee vormen:

- Anterieure blepharitis

Hierbij is vooral de voorzijde van de ooglidrand ontstoken, rond de aanzet van de wimpers. Vaak zijn schilfers, korstjes en roodheid zichtbaar.

- Posterieure blepharitis (MGD / meibomitis)

Hierbij zijn de talgkliertjes in het ooglid verstopt of ontstoken. Deze kliertjes maken een vetlaag aan die belangrijk is voor een stabiele traanfilm. Wanneer deze minder goed functioneren, kunnen droge ogen ontstaan.

## Mogelijke klachten

U kunt last hebben van:

- Rode en geïrriteerde ooglidranden
- Jeuk of branderigheid
- Pijnlijke, stekende en/of gevoelige oogleden
- Korstjes of schilfers tussen de wimpers
- Tranende ogen
- Droge ogen
- Wazig zien
- Het gevoel van zandkorrels in het oog
- Soms een rood oog

In sommige gevallen kan ook het oogoppervlak geïrriteerd raken.

## Oorzaken

Blepharitis kan verschillende oorzaken hebben, waaronder:

- Afname traanfilmkwaliteit (genetisch/leeftijd/omgeving)

- Een toename van bacteriën op de ooglidrand
- Overmatige vetproductie van de talgkliertjes
- Verstopping van de Meiboomklieren
- Huidaandoeningen zoals eczeem, acne of rosacea

Vaak speelt een combinatie van factoren een rol.

## Behandeling

Een goede dagelijkse ooglidhygiëne is de belangrijkste behandeling. Voor het beste resultaat wordt geadviseerd dit twee keer per dag te doen: 's ochtends en 's avonds.

### 1. Warme kompressen

Leg een schoon, warm washandje of een warm oogmasker gedurende 5-10 minuten op de gesloten ogen.

Dit maakt vet en korstjes zachter, zodat deze gemakkelijker verwijderd kunnen worden.

### 2. Ooglidmassage

Bij verstopping van de talgkliertjes kan zachte massage helpen.

Maak met een droog wattenstaafje of schone vinger zachte verticale bewegingen richting de ooglidrand om de kliertjes leeg te strijken. Door de warmte zijn de kliertjes beter te legen.

### 3. Reinigen van de ooglidranden

Maak daarna de ooglidranden schoon:

- Vul een glas met lauw kraanwater
- Voeg 2-3 druppels babyshampoo toe
- Gebruik een wattenstaafje of gaasje
- Reinig voorzichtig de ooglidrand bij de aanzet van de wimpers
- Maak zachte horizontale poetsbewegingen
- Gebruik indien nodig meerdere schone wattenstaafjes

Wanneer babyshampoo prikt, kunt u bij de apotheek speciale ooglidreinigingsdoekjes of ooglidschuim verkrijgen.

## Medicatie

Soms schrijft uw arts een aanvullende behandeling voor, zoals:

- Kunsttranen
- Antibiotica oogdruppels of oogzalf
- Ontstekingsremmende oogdruppels of zalf

Gebruik deze altijd volgens voorschrift van uw arts.

## Belangrijk om te weten

Blepharitis is vaak een chronische aandoening. De klachten verdwijnen niet altijd volledig en kunnen terugkomen.

Ook wanneer de klachten verminderen, is het belangrijk om de ooglidverzorging dagelijks voort te zetten om nieuwe ontstekingen te voorkomen.

## Wanneer contact opnemen?

Neem contact op met uw arts of oogarts bij:

- Toenemende roodheid of pijn
- Plotseling slechter zicht
- Lichtgevoeligheid
- Aanhoudende klachten ondanks behandeling
- Een rood en pijnlijk oog

Scan de QR-code hieronder om de instructievideo te bekijken:



## Vragen of suggesties

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, neem dan contact op via telefoonnummer: 085 120 0100 of via het e-mailadres oogheelkunde@acibademimc.com.

Bent u van mening dat bepaalde informatie ontbreekt of onduidelijk is, heeft u opmerkingen over deze brochure of over de gang van zaken tijdens het onderzoek die nuttig kunnen zijn, dan vernemen wij het graag. Volgende patiënten kunnen hier baat bij hebben.

Ons privacyreglement vindt u op <http://www.acibademimc.com> onder Privacy & klachten. Hier vindt u informatie over de mogelijkheid tot het melden van onveilige situaties (waaronder (bijna-)incidenten); klachten en/of claims;

Bij complicaties kunt u de kliniek (buiten) werktijden op het noodnummer bereiken: 06-214 66 796

*Wat ik nog wil weten:*

.....

.....

.....

.....

.....

.....Versie: april 2026