

# Oogdruppels en oogzalf

Deze folder geeft u informatie over het gebruik van oogdruppels of oogzalf.  
De folder bevat een medicatieschema en een uitgebreide oogdruppelinstructie.

## Doel medicatie

Vaak 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, bijvoorbeeld 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 kun u later nagaan of u de medicatie nog mag gebruiken. Oogdruppels en oogzalf zijn meestal houdbaar tot één maand na openen van de verpakking. Meer informatie over de houdbaarheid vindt u 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. Om de oogzalf aan te brengen, trekt u het onderste ooglid naar beneden zodat een gootje ontstaat. Breng 1 centimeter zalf aan in het midden van het gootje. Sluit voorzichtig uw oog, zodat de zalf zich over de oogbol kan verspreiden. Veeg overtollige zalf voorzichtig met een gaasje of een tissue af.

## Contactlenzen

Bij het gebruik van oogdruppels adviseren wij u 's ochtends te druppelen voor het indoen van de lenzen en/of 's avonds te druppelen nadat u de lenzen heeft uitgedaan. Druppelt u vaker per dag, dan moet u de lenzen uit doen. 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 gebruik van de verschillende druppels. Als u zowel oogdruppels als oogzalf gebruikt, gebruik dan eerst de oogdruppels en na 5 minuten de oogzalf.

Oogdruppels werken optimaal als u maar 1 druppel per keer druppelt. U kunt dit oefenen door op een tissue te druppelen, zodat u ervaart 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. Als u 2x per dag oogdruppels moet gebruiken, dan moet er 12 uur tussen zitten. Onderstaande tabel kunt u gebruiken als geheugensteun, zodat u alle medicatie op het juiste moment met de juiste dosering gebruikt.


## Dosering en tijden



Naam oogdruppels of oogzalf	Tijdstippen																			
	Tip: Vul bij de tijden de letter L (linker oog). R (rechteroog) of B (beide ogen) in.																			
	L	R	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																		

Naam tabletten	Aantal per dag	Tijdstippen																		
		7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23		
	.....X																			
	.....X																			

## Oogdruppel-instructie

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

<p>1. Was uw handen met zeep en droog ze goed af.</p>	
---	---

<p>2. Ga rechtop zitten. Neem het flesje of flacon oogdruppels in uw hand alsof u een pen vasthoudt. Gebruik de hand die voor u het prettigst aanvoelt. Meestal is dit de schrijfhand.</p>	
<p>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.</p>	
<p>4. Buig uw hoofd achterover en kijk met beide ogen naar boven. Kunt u uw hoofd niet goed achterover buigen, ga dan liggen.</p>	
<p>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.</p>	
<p>6. Knijp in het flesje en laat één druppel in het gootje vallen. Sluit uw oog (niet knijpen). U kunt uw hoofd terugbuigen en weer rechtop gaan zitten.</p>	
<p>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.</p>	

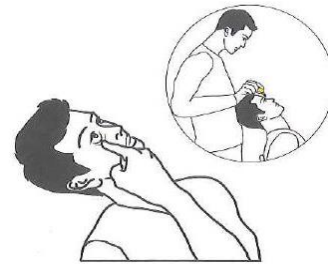
8. Was uw handen met zeep en droog ze af. Sluit daarna het oogdruppelflesje. Het is normaal dat u na het gebruik van oogdruppels of oogzalf tijdelijk wazig ziet.

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



Wanneer u bij een ander druppelt, volgt u in principe dezelfde stappen. Voor u gelden nog een aantal aanvullende adviezen:

1. Was allebei, zowel u én de patiënt 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.
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.



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



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



## Meer informatie

Als u moeite heeft met het druppelen, dan kunt u voor advies terecht bij uw apotheek of u kunt bellen naar polikliniek Oogheelkunde.

Meer informatie kunt u vinden op de website [www.oogziekenhuis.nl](http://www.oogziekenhuis.nl). Op deze website kunt u de oogdruppelinstructie zelfs laten voorlezen. Ook vindt u op deze website een instructiefilm over de juiste wijze van oogdruppelen. U kunt de oogdruppelinstructie 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 oogdruppelinstructie ook een herinneringsfunctie, zodat u aan de hand van uw eigen ingestelde tijden weet wanneer u moet druppelen. Er zijn ook hulpmiddelen die het druppelen makkelijker maken, bijvoorbeeld een druppelbril.

<https://www.oogziekenhuis.nl/oogdruppel hulpmiddelen-informatie-voor-zorgverleners>

## Belangrijke telefoonnummers

<b>ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis):</b>	<b>(013) 221 00 00</b>
<b>Polikliniek Oogheelkunde:</b>	<b>(013) 221 03 20</b>

**Locatie ETZ Elisabeth**  
**Route 28**

**Locatie ETZ TweeSteden**  
**Afdeling 1B**

**Locatie ETZ Waalwijk**  
**Route 43**

Oogheelkunde, 41\_1548 09-20

Tekst is (met toestemming) overgenomen van Het Oogziekenhuis ©Het Oogziekenhuis Rotterdam

Copyright® ETZ  
Afdeling Communicatie  
Aan deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend.