

Oog druppelen en/of zalven

Deze folder geeft informatie over het gebruik van oogdruppels en oogzalf. 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 ter voorkoming of genezing van een infectie.

Aandachtspunten

- Het is belangrijk dat u de bijsluiter leest zodat u weet hoe u de medicijnen het best kunt bewaren en welke bijwerkingen kunnen optreden.
- Oogdruppels en oogzalf zijn meestal houdbaar tot één maand na het openen van de verpakking. Wanneer u een flesje of tube opent, noteert u de datum van openen op het etiket van het flesje of de tube.
- Als u per ongeluk uw oog, oogleden of wimpers raakt, maak dan het flesje of de tube schoon met een tissue.
- Als u voor de eerste keer moet druppelen, kunt u dit eerst oefenen door op een tissue te druppelen, zodat u ervaart hoe hard u moet knijpen. Het druppelen van 1 druppel per keer is voldoende.
- Wanneer oogzalf te dik is, kan het helpen de tube van tevoren even op te warmen tussen de handen. De verwarmde zalf wordt dan iets dunner.
- Het is normaal dat u na het gebruik van oogdruppels of oogzalf een tijdje wazig ziet.

Contactlenzen

Bij het dragen van contactlenzen adviseren wij u 's ochtends te druppelen vóór het indoen van de lenzen en/of 's avonds nadat u de lenzen hebt uitgedaan. Druppelt u vaker per dag, dan moet u de lenzen uitdoen voor het gebruik van de druppels of zalf. Harde lenzen kunt u direct na het druppelen weer indoen. Zachte lenzen mag u 30 minuten na het druppelen weer indoen, vanwege het conserveermiddel in de oogdruppels dat schadelijk kan zijn voor zachte lenzen. Na het gebruik van oogzalf mag u gedurende 8 uur geen lenzen dragen.

Instructies

Als u meerdere soorten oogdruppels gebruikt, moet u er minimaal 5 minuten tijd tussen laten. Als u zowel oogdruppels als oogzalf gebruikt, gebruik dan eerst de oogdruppels en na minimaal 5 minuten de oogzalf.

Als u de oogdruppels of oogzalf meerdere keren op een dag moet gebruiken, probeer dan de tijdstippen van gebruik zoveel mogelijk over de dag te verspreiden, vanaf opstaan tot slapen gaan. U kunt daarvoor een schema maken zoals onderstaand voorbeeld. Daarin kunt u in de linkerkolom de naam van de oogdruppels of oogzalf invullen. Onder de tijdstippen kunt u invullen of u op dat tijdstip uw rechteroog (R), linkeroog (L) of beide ogen (B) moet druppelen.

www.meandermc.nl
mijnmeander.nl

Meander Medisch Centrum
Maatweg 3
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn
Molenweg 2
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld
(Medisch Centrum de Burgt)
Nederwoudseweg 17
3772 TD Barneveld

Locatie Bunschoten
(Gezondheidscentrum Scala Medica)
Chopinstraat 2D
3752 HR Bunschoten-Spakenburg

Locatie Leusden
(Medisch Centrum de Mulderij)
De Mulderij 2
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk
(De Nije Veste)
Oranjelaan 104
3862 CX Nijkerk

Postadres:
Postbus 1502
3800 BM Amersfoort

Telefoonnummers:
Algemeen: 033 – 850 50 50
Afspraken: 033 – 850 60 70

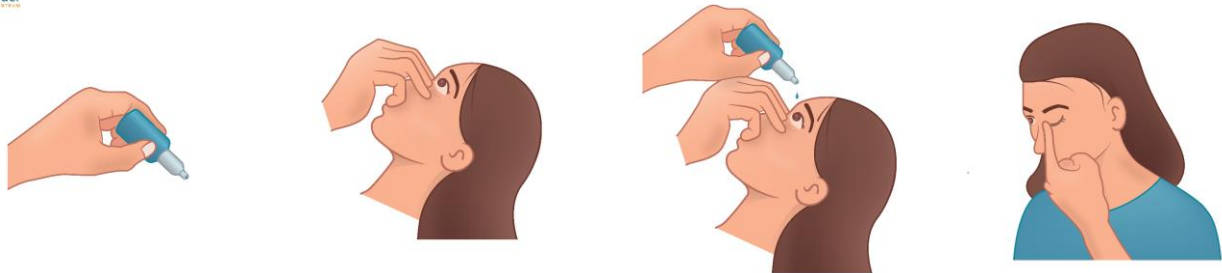
KvK Gooi en Eemland:
32082917

Naam oogdruppels of oogzalf	Tijdstippen																
	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23

Druppelinstructies

Volg onderstaande stappen bij het toedienen van de oogdruppels of oogzalf.

- Was uw handen met zeep en droog ze goed af.
- Neem het flesje oogdruppels/oogzalf in uw hand alsof u een pen vasthoudt.
- Ga rechtop zitten, buig uw hoofd achterover en kijk met beide ogen naar boven. Kunt u uw hoofd niet goed achterover buigen, ga dan liggen.
- Trek met de vingertoppen van uw andere hand het onderste ooglid naar beneden, zodat er een gootje ontstaat.
- Zet uw hand met het flesje op de hand die het gootje maakt. Breng het flesje boven uw oog, maar raak het oog, de oogleden en de wimpers niet aan met het flesje.
- Knijp in het flesje en laat één druppel in het gootje vallen. Sluit uw oog, maar knijp niet met het oog. U kunt uw hoofd weer terugbuigen en rechtop gaan zitten.
- Druk uw traanbuis tenminste 1 minuut dicht, door zachtjes net onder het kleine harde bobbeltje in de ooghoek (aan de neuskant) te drukken om bijwerkingen zoveel mogelijk te voorkomen.
- Was uw handen weer met zeep en droog ze af. Sluit daarna het oogdruppelflesje.



Via onderstaande link kunt een filmpje over oogdruppelinstructies bekijken:

<https://www.youtube.com/watch?v=FCopV4rjD8>

Wanneer het druppelen niet (goed) lukt

Indien u moeite heeft met het druppelen en/of zalven van uw ogen, kunt u het door iemand anders laten doen. U kunt voor advies ook terecht bij uw apotheek of thuiszorgorganisatie. Zij kunnen u ook informatie geven over de mogelijke oogdruppeltechnieken en hulpmiddelen.