



Blepharitis

beter begrijpen en behandelen

Inhoudstafel

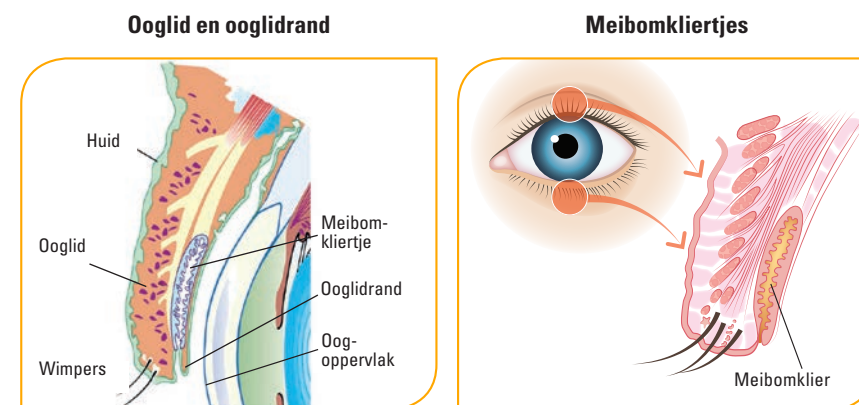
► Wat is blepharitis?	3
• Anatomie van de oogleden en ooglidranden	3
• Tekenen en symptomen van blepharitis	4
• Types blepharitis	6
• Mogelijke oorzaken van blepharitis	6
► Diagnose	9
► Hoe behandelen?	11

Wat is blepharitis?

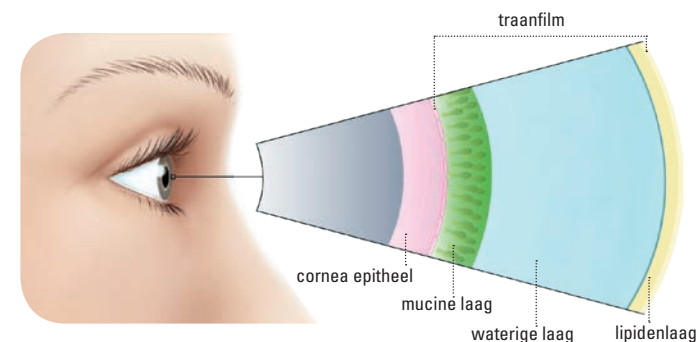
Anatomie van de oogleden en ooglidranden

De ooglidrand vormt de overgang van de huid naar de conjunctiva (het slijmvlies dat de binnenkant van de oogleden en het wit van de oogbol bedekt).

Ter hoogte van de ooglidrand bevinden zich - naast de wimpers - ook de Meibomklierijtjes. Deze staan in voor de productie van sebum of Meibum, een olie-achtige substantie die deel uitmaakt van de traanfilm.



De **traanfilm** speelt een belangrijke rol in de bescherming en voeding van het oog.



Tekenen en symptomen van blepharitis

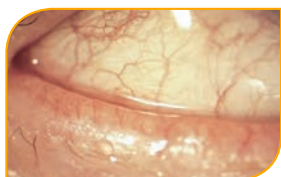
Blepharitis is een **chronische ontsteking van de oogleden en/of de vrije ooglidranden**. Het is één van de meest voorkomende oogaandoeningen; bij 2 op 3 patiënten in een routine oogheelkundige consultatie wordt blepharitis vastgesteld. Blepharitis wordt veroorzaakt door bijvoorbeeld bacteriële infecties of huidaandoeningen zoals acne rosacea.

Verder in de brochure vindt u meer informatie over de verschillende oorzaken.

De meest typische tekenen en symptomen zijn:

- gezwollen, jeukende of rode oogleden
- samenklevende oogleden
- schilfertjes en korstjes op de oogleden en op de wimpers

Gezwollen oogleden



Samenklevende oogleden



Schilfertjes, korstjes



Wanneer de Meibomkliertjes niet goed werken of verstopt raken, wordt ook de traanfilm aangetast en ontstaan droge ogen. Een verstopt klierje kan evolueren tot een chalazion, een harde knobbel in het ooglid.

Symptomen van droge ogen



Hoewel blepharitis het oogcomfort merkbaar verstoort, zoekt slechts 1 op 3 patiënten hulp bij tekenen van blepharitis.

Vaak wordt echter tijdens een **consultatie voor droge ogen klachten** blepharitis vastgesteld als oorzaak van het probleem.

Wist u dat blepharitis de belangrijkste oorzaak is van droge ogen klachten?



Bij sommige patiënten blijven de klachten beperkt tot lichte irritatie en jeuk. Toch kan blepharitis ook leiden tot ernstige problemen zoals verminderd zicht, vreemde wimpergroei of uitvallen van de wimpers.

Andere delen van het oog, zoals bijvoorbeeld het hoornvlies (cornea), kunnen ontstoken raken. Gelukkig leidt de aandoening meestal niet tot permanente schade aan het zicht.

Blepharitis komt voor op alle leeftijden, bij zowel vrouwen als mannen.

Een goede **ooglidhygiëne en regelmatige reiniging** kan blepharitis meestal onder controle houden.

Soms is er een bijkomende behandeling nodig, afhankelijk van de oorzaak. Dit aspect wordt later in detail besproken.

Er bestaan twee types blepharitis:

1. **Anterieure (of vooraan gelegen) blepharitis:**
ter hoogte van de **buitenste rand** van het ooglid waar de wimpers zich bevinden
2. **Posterieure (of achteraan gelegen) blepharitis:**
ter hoogte van de **binnenste rand** van het ooglid waar er contact is met de oogbol

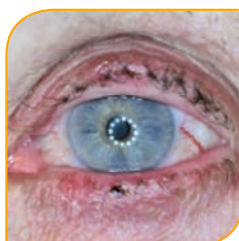


Wat zijn de mogelijke oorzaken van blepharitis?

ANTERIEURE BLEPHARITIS

- **Bacteriële infectie met stafylokokken**

- *Staphylococcus aureus* is een bacterie die bij veel mensen voorkomt, vooral op de huid en in de neus. De bacterie veroorzaakt normaal gesproken geen ziekte, maar bij beschadiging van huid of slijmvliezen kunnen infecties ontstaan.



- **Seborreïsche dermatitis**

- seborreïsche dermatitis is een ontsteking van de huid op plaatsen waar er zich zeer veel talgklieren bevinden (gezicht, hoofdhuid, romp). De oorzaak is onbekend, maar *Pityrosporum ovale* - een normaal huidorganisme - speelt een rol. Seborreïsche dermatitis veroorzaakt jeuk, huidschilders op het behaarde hoofd, en gele, vette schilfers langs de haarlijn en op het gezicht.



- **Demodex-infectie**

- *Demodex* is een familie van zeer kleine mijten die in de haarzakjes leven. Bij mensen wordt deze mijt zeer vaak aangetroffen, vooral in het gelaat op de plekken waar veel talgklieren aanwezig zijn (voorhoofd, neus, uitwendige gehoorgang, wangen). Ook aan de wimpers worden ze vaak aangetroffen. Er wordt geschat dat 80-95% van de volwassenen *Demodex* in het gelaat heeft.



De normale huidflora kan echter in onevenwicht raken waardoor de *Demodex* populatie toeneemt en daardoor schadelijk wordt.

Typisch voor *Demodex*-blepharitis is de aanwezigheid van cilindervormige huidschilders (wasachtige afzettingen) die aan de basis van de wimpers kleven.

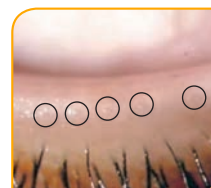
De ooglidaandoening gaat vaak gepaard met rosacea, een huidaandoening die eveneens gerelateerd is aan *Demodex*.

- **Allergie**

- **Combinatie van verschillende aandoeningen**

POSTERIEURE BLEPHARITIS

- **Meibomklierdysfunctie**



Meibomkliermpjes

- de Meibomkliermpjes die zich aan de binnenkant van de oogleden bevinden staan in voor de aanmaak van sebum (Meibum), belangrijk voor het smeren van het oogoppervlak en het voorkomen van verdamping van de traanfilm.

- bij slecht functioneren van deze kliertjes is er een onregelmatige sebumproduc-tie, wat een geschikte omgeving creëert voor bacteriële groei.
- wanneer de Meibomkliertjes slecht functioneren of verstopt raken kan dit tot blepharitis leiden, én tot droge ogen klachten.

Verstopte Meibomkliertjes



Een verstopt kliertje kan bovendien ook evolueren tot een hard knobbeltje in het ooglid, ook wel chalazion genoemd

Chalazion



• Acne rosacea

- Rosacea is een ongevaarlijke maar ontsierende huidaandoening in het gelaat. Het meest opvallend is de felrode kleur van de wangen en de neus.

De aandoening kan lijken op acne, maar rosacea komt op latere leeftijd voor dan jeugdpuistjes, meestal vanaf de leeftijd van 30 jaar.



Hoe wordt de diagnose blepharitis vastgesteld?

Een uitgebreid oogonderzoek dient uitgevoerd te worden, met bijzondere aandacht voor de oogleden en het oogoppervlak:

- **Bevraging van de patiënt:**
 - welke symptomen en klachten zijn er?
 - zijn er mogelijk andere of algemene gezondheidsproblemen die bijdragen tot de specifieke oogaandoening?
- **Uitwendig oogonderzoek:**
 - structuur van het ooglid
 - textuur van de huid
 - uitzicht en voorkomen van de wimpers
- **Onderzoek van de ooglidranden, wimperwortels en Meibomkliertjes met een spleetlamp**
- **Meting van de traanhoeveelheid en traankwaliteit om eventuele afwijkingen vast te stellen**

Het onderscheid tussen de verschillende vormen van blepharitis kan vaak gemaakt worden op basis van het uitzicht van de ooglidranden. De behandeling wordt vervolgens aangepast naargelang het type blepharitis:

- **Stafylokokken blepharitis** uit zich vaak in samenklappende oogleden, gezwollen ooglidranden en ontbrekende of verkleefde wimpers (penseelwimpers).

- **Seborreïsche blepharitis** kenmerkt zich door vetachtige vlokjes of schilfers ter hoogte van de wimpers en een lichte roodheid van de oogleden.
- blepharitis als gevolg van **slecht functionerende of verstopte Meibomkliertjes** uit zich in verminderde traankwaliteit en rode ooglidranden.
- typerend voor **Demodex-blepharitis** is de aanwezigheid van cilindervormige huilschilfers (wasachtige afzettingen) die aan de basis van de wimpers kleven, en gemiddeld ernstigere jeuk en roodheid van de ooglidranden veroorzaken.

Hoe blepharitis behandelen?

De basisbehandeling voor alle vormen van blepharitis is een **dagelijkse maar vooral goed uitgevoerde ooglidhygiëne**. Deze bestaat uit het **verwijderen van de schilfertjes en korstjes, warmtebehandeling, ooglidmassage en reiniging**. Deze handelingen worden later in deze brochure uitvoerig beschreven.

Daarnaast kunnen bijkomende behandelingen of voorzorgen nuttig zijn, afhankelijk van het type blepharitis:

- vermijden van make-up op de vrije ooglidranden
- stoppen met dragen van lenzen
- bij seborreïsche klachten kan een anti-roos shampoo op de hoofdhuid ook helpen.
- antibiotica- of cortisonetherapie
- specifieke behandeling tegen *Demodex*-infestatie

Blepharitis is bovendien één van de belangrijkste oorzaken van droge ogen. Door het slecht functioneren van de Meibomkliertjes is er onvoldoende lipidenbescherming van de traanfilm en verdampen de tranen te snel: indruppelen van kunsttranen helpt de droge ogen klachten die hier het gevolg van zijn te verlichten.

Zelden verdwijnt blepharitis vanzelf, laat staan volledig. Zelfs met een succesvolle behandeling komt herval helaas vaak voor.

Blepharitis behandelen: een goede ooglidhygiëne als basis.

De basisbehandeling van blepharitis bestaat uit een goede ooglidhygiëne, met verschillende stappen die zorgvuldig moeten gevolgd worden:

1. verwijderen van korstjes en schilfertjes ter hoogte van de ooglidranden en wimpers
2. verwarmen van de oogleden
3. massage van de oogleden
4. reinigen van de oogleden na de massage
5. indruppelen van kunsttranen indien nodig

Het is belangrijk deze handelingen minstens dagelijks en bij voorkeur tweemaal per dag uit voeren.

1. VERWIJDEREN VAN KORSTJES EN SCHILFERTJES

Het manueel reinigen van de ooglidrand is erg belangrijk.

Om de korstjes en schilfertjes ter hoogte van de oogleden te verwijderen kunt u gebruik maken van enkele hiervoor specifiek ontwikkelde producten: Blephaclean doekjes, Blephasol lotion of de gel Blephagel.

In geval van *Demodex* gerelateerde blepharitis is een behandeling met Blephademodex doekjes aangewezen.



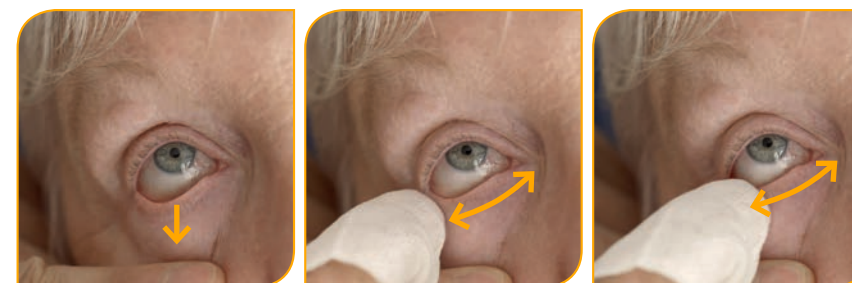
Reinigen van de oogleden

Blephaclean doekjes/Blephademodex doekjes (in geval van *Demodex* gerelateerde blepharitis)

Start met het onderste ooglid. Dit kunt u relatief eenvoudig zelf doen. Haal een doekje uit de verpakking. Gebruik voor elk oog steeds een nieuw doekje. Neem het doekje tussen duim en wijsvinger zodat de vingertop van uw wijsvinger volledig bedekt is en u zo gemakkelijk kan 'wrijven' op uw ooglid.



Kijk goed naar boven. Trek het onderste ooglid lichtjes naar beneden. Wrijf zo dicht mogelijk bij de ooglidrand en tussen de wimpers. Verwijder zo alle korstjes.



Voor de duur van de behandeling en het aantal toepassingen per dag volgt u best professioneel advies. Blephaclean en Blephademodex zijn twee verschillende producten, met elk andere actieve bestanddelen.

Nu kunt u het bovenste ooglid reinigen. Dit is iets moeilijker zelf te doen. Met hulp van iemand anders is het in elk geval eenvoudiger uit te voeren. Trek het bovenste ooglid naar boven, terwijl u ondertussen naar beneden kijkt. Wrijf met het doekje de vrije ooglidrand proper. Reinig ook goed tussen de wimpers, zodat alle korstjes en schilfertjes verwijderd worden.



U hoeft niet na te spoelen met water.

Indien u blepharitis klachten heeft, is het ook erg belangrijk steeds uw make-up goed te verwijderen. Hiervoor kunt u ook Blephaclean doekjes gebruiken. Gebruik bij voorkeur geen waterbestendige make-up.

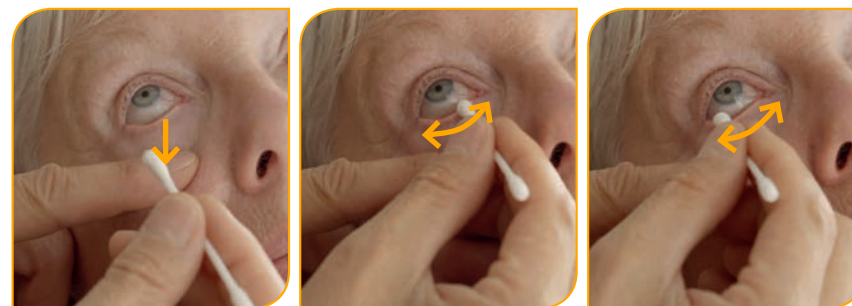
Blephasol lotion, voor intensieve reiniging van de Meibomklieren

Wilt u de Meibomklieren nog intensiever reinigen, dan is het aangeraden daarvoor een wattenstaafje te gebruiken, gedrenkt in Blephasol.

Begin met het onderste ooglid.
Breng Blephasol aan op het wattenstaafje.

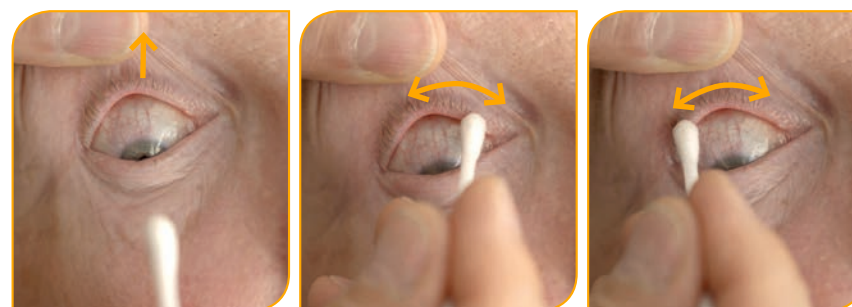


U trekt het onderste ooglid lichtjes naar beneden, weg van de oogbol. Vervolgens wrijft u met het wattenstaafje gedrenkt in Blephasol over de vrije ooglidrand, ter hoogte van de Meibomklieren en tussen de wimperrij. U verwijdert zo alle korstjes en schilfertjes.



Het bovenste ooglid is wederom iets moeilijker om zelf te behandelen; met de hulp van iemand anders wordt het een stuk eenvoudiger. Trek ook hier het bovenste ooglid naar boven, en kijk ondertussen naar beneden.

Wrijf opnieuw met het wattenstaafje gedrenkt in Blephasol over de vrije ooglidrand waar de Meibomklieren zich bevinden en tussen de wimperrij om alle korstjes zorgvuldig te verwijderen.



U hoeft niet na te spoelen met water.

Gebruik voor elk ooglid dat u reinigt een nieuw wattenstaafje.

Blephagel, bij hardnekkige korstjes

Indien u hardnekkige, moeilijk te verwijderen korstjes heeft, kunt u Blephagel gebruiken. Blephagel zal de korstjes weker maken zodat u toch gemakkelijk uw oogleden en wimpers kunt reinigen.

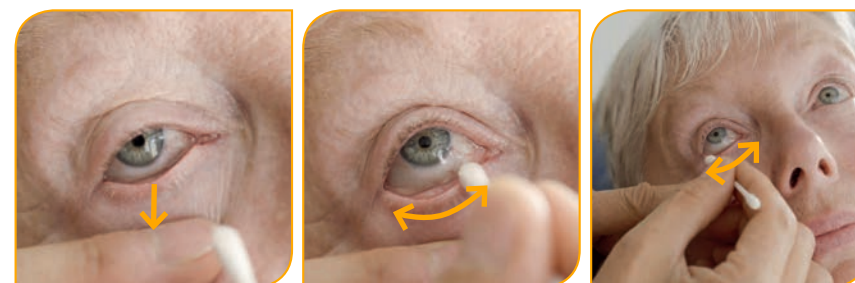
U gebruikt best een wattenstaafje waarop u Blephagel aanbrengt.

U begint met het onderste ooglid.

Breng een dosis Blephagel aan op het wattenstaafje. Let erop dat u niet te weinig maar ook niet teveel gel gebruikt: 1 keer op het pompje duwen volstaat (gecalibreerde dosis).

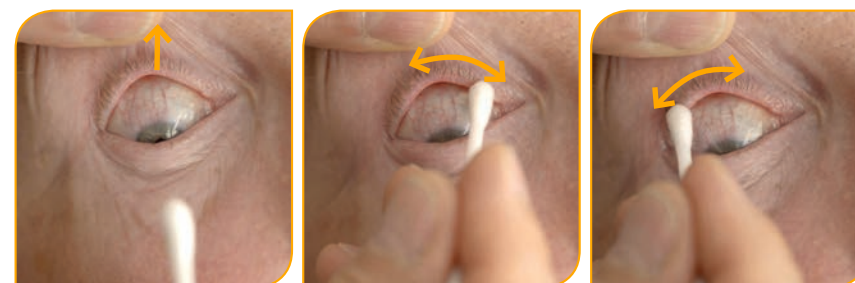


U trekt het onderste ooglid lichtjes naar beneden, weg van de oogbol. Vervolgens wrijft u met het wattenstaafje gedrenkt in Blephagel over de vrije ooglidrand, ter hoogte van de Meibomklieren en tussen de wimperrij. U verwijdert zo alle korstjes en schilfertjes.



Het bovenste ooglid is wederom iets moeilijker zelf te behandelen; met de hulp van iemand anders is het gemakkelijker.

Trek ook hier het bovenste ooglid naar boven, en kijk ondertussen naar beneden. Wrijf met het wattenstaafje gedrenkt in Blephagel over de vrije ooglidrand en tussen de wimpers om alle korstjes te verwijderen.



Gebruik voor elk ooglid dat u reinigt een nieuw wattenstaafje.

U kunt in plaats van een wattenstaafje eventueel ook een gewoon gaaskompres gebruiken.

2. VERWARMEN VAN DE OOGLEDEN

Na de ooglidreiniging kunt u vervolgens behandelen met warmte. Het is belangrijk de secreties van de Meibomkliertjes vloeibaar te maken, zodat de kliertjes weer vrijkomen en goed kunnen functioneren.

Dit kan bijvoorbeeld met een warmte kompres, met een gellussen of met de speciale Blephasteam warmtebril.

Een gellussen kunt u opwarmen au-bain-marie of in de microgolfoven, en plaatst u over uw gesloten ogen gedurende 10 minuten.



Het is belangrijk dat u gedurende 10 minuten een constante warme temperatuur toepast.

De speciaal ontwikkelde Blephasteam warmtebril is hiervoor bijzonder geschikt. Door het (tweemaal per dag) verwarmen kan het verharde Meibum (talg) in de verstopte kliertjes losgemaakt worden. Blephasteam is gemakkelijk in gebruik, veilig en hindert het zicht niet. Dit laat toe om tijdens de behandeling bijvoorbeeld te lezen of TV te kijken.

Door de warmtebehandeling worden de secreties in de Meibomkliertjes vloeibaarder en kunnen ze gemakkelijker worden gemasseerd.



3. MASSAGE VAN DE OOGLEDEN

De derde stap in uw ooglidhygiëne is massage van uw oogleden.

Na de behandeling met warmte zijn de secreties van de Meibomkliertjes vloeibaar geworden, en kunnen de kliertjes dus leeggemasseerd en vrijgemaakt worden. Kijk naar boven en masseer met uw vinger zacht uw onderste ooglid.



Kijk vervolgens naar beneden en masseer wederom zacht, ditmaal uw bovenste ooglid.

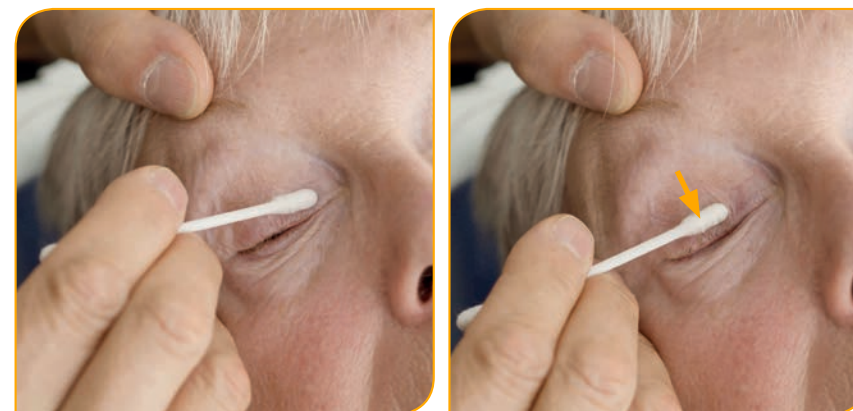


U kunt eveneens een ietwat hardere massage uitvoeren, met behulp van een wattenstaafje.

Kijk naar boven en masseer met het wattenstaafje uw onderste ooglidrand.



Kijk vervolgens naar beneden en masseer wederom - ditmaal uw bovenste ooglid - met het wattenstaafje.



4. REINIGEN VAN DE OOGLEDEN NA DE MASSAGE

Na het masseren van de oogleden kunt u nogmaals de ooglidranden reinigen met Blephaclean doekjes.

5. INDRUPPELEN VAN KUNSTTRANEN INDIEN NODIG

Mogelijk moet u ook kunsttranen indruppelen. Trek uw onderste ooglid een beetje naar beneden en kijk naar boven. Laat een druppel vallen in het onderste ooglidzakje en sluit vervolgens even uw ogen. Let erop dat u uw oogoppervlak of uw oogleden niet aanraakt met het flesje.



Overzicht van de beschikbare behandelingen voor Blepharitis*

U volgt best steeds het advies van uw zorgverstrekker

BLEPHACLEAN®: dagelijkse ooglidhygiëne of bij ontsteking van de oogleden zoals blepharitis

- 2 maal per dag ('s ochtends en 's avonds) gedurende 3 weken, gevolgd door 1 maal per dag gedurende 3 maanden

BLEPHAGEL®: overwegen bij hardnekkige korstjes

- 2 maal per dag ('s ochtends en 's avonds)

BLEPHASOL®: overwegen als prijsvoordelige oplossing

- 2 maal per dag ('s ochtends en 's avonds)

BLEPHADEMODEX®: Demodex wordt niet verwijderd door de gebruikelijke dagelijkse reinigingssystemen

- aangewezen:
 - bij aanwezigheid van cilindervormige schilfers (wasachtige afzettingen) die aan de wimperbasis blijven kleven
 - wanneer conventionele behandeling van blepharitis faalt ⁽¹⁾
 - afhankelijk van de ernst, 1 tot 2 maal per dag te gebruiken, 's ochtends en 's avonds gedurende 4 weken

BLEPHASTEAM®: overwegen bij verstopte Meibomklieren

- 10 minuten per behandeling

* Zie productinformatie Blephaclean, Blephagel, Blephasol, Blephademodex, Blephasteam
(1) Zhao et al., 2012

**Deze brochure in
digitale
versie?**



www.blepharitisbehandelen.be

**De module
ooglidhygiëne in
video formaat?**



www.filmooglidhygiene.be

Deze brochure is tot stand gekomen
in samenwerking met oogarts Paul Jonckheere.

Afbeeldingen en foto's: Dr Paul Jonckheere, Dr Rita Van Ginderdeuren,
Atlas of MGD (Pr. Benitez del Castillo)

VU: Théa Pharma
Serskampsteenweg 52 • B-9230 Wetteren
Tel. +32 9 365 77 40 • www.thea.be