

LEVEN MET CHRONISCH OPEN-HOEK GLAUCOOM



INHOUDSTAFEL

1. Wat is glaucoom?
2. Wat gebeurt er met je zicht bij glaucoom?
3. Hoe wordt glaucoom gediagnosticeerd?
 - > Intraoculaire drukmeting
 - > Gonioscopie
 - > Beoordeling van de schade aan de oogzenuw
 - > Onderzoek van het gezichtsveld
 - > Netvliesscan
4. Hoe wordt glaucoom behandeld?
 - > Oogdruppels
 - > Waarom bewaarmiddelen vermijden?
 - > Hoe druppelen?
 - > Laserbehandeling
 - > Operatie

WAT IS GLAUCOOM?

Glaucoom is een chronische aandoening waarbij de **cellen van de oogzenuw langzaam afsterven**. Hierdoor komt het zicht van de patiënt in gevaar, eerst het perifeer zicht, nadien ook het centraal zicht.

Dit is vaak te wijten aan een verhoogde oogdruk (>21 mmHg), maar de zenuwschade kan ook optreden bij een normale oogdruk (tussen 12 en 21 mmHg).

De aandoening treedt meestal op **vanaf 40 jaar**. De kans om glaucoom te ontwikkelen stijgt met de leeftijd.

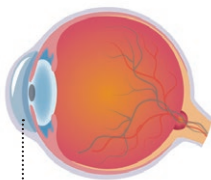
Glaucoom is de 2^{de} belangrijkste oorzaak van blindheid in Europa.

Risicofactoren om glaucoom te ontwikkelen

- Verhoogde oogdruk (IOD)
- Leeftijd > 40 jaar
- Erfelijkheid: familielid met glaucoom
- Bijziendheid
- Te lage bloeddruk: een slechte doorbloeding van het oog kan je oog gevoeliger maken voor glaucoom
- Langdurig gebruik van corticosteroiden

GLAUCOOM UITGELEGD IN 3 STAPPEN

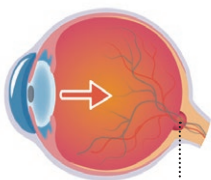
1



Kamervocht

Het oog wordt op druk gehouden door het vocht in de voorste oogkamer. Dit kamervocht wordt voortdurend ververs: het evenwicht tussen de constante aanmaak en de afvoer van het kamervocht binnenin het oog bepaalt de oogdruk (intra-oculaire druk of IOD).

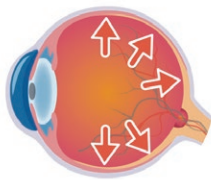
2



Oogzenuw

Het kamervocht wordt afgevoerd via een zeefje dat zich bevindt ter hoogte van de hoek tussen het hoornvlies (cornea) en het regenboogvlies (iris). Wanneer de afvoer van het kamervocht hier belemmerd wordt, stijgt de intra-oculaire druk.

3



Een verhoogde oogdruk zal zich voortplanten in gans het oog en zal drukken op de oogzenuw die zich achteraan de oogbol bevindt. Hierdoor ontstaat beschadiging van de oogzenuw wat kan leiden tot blindheid indien het niet tijdig behandeld wordt.

WAT GEBEURT ER MET JE ZICHT BIJ GLAUCOOM?

Eerst wordt het perifeer gezichtsveld aangetast. Het gezichtsveld is het deel van de ruimte dat door het oog in beeld gebracht wordt als je één welbepaald punt fixeert zonder je hoofd te bewegen. Het verraderlijke is dat je deze veranderingen initieel niet opmerkt. Je hebt geen pijn en je blijft lang scherp zien omdat je centraal gezichtsveld lang gespaard blijft. Je kan wel moeilijkheden krijgen bij lichtveranderingen (bv. in een tunnel).



Je hersenen vullen de blinde zones in met kleuren en patronen van de omliggende zones. Je hersenen kunnen geen beeld vormen van objecten die volledig in een blinde zone vallen. Zo verdwijnen onder meer de kinderen en de auto, zonder dat je dit realiseert.



Pas als het oog vrijwel het volledige gezichtsveld heeft verloren word je geconfronteerd met je zwaar verlies.

Ga daarom tijdig op controle bij uw oogarts.

HOE WORDT GLAUCOOM GEDIAGNOSTICEERD?



INTRAOCULAIRE DRUKMETING

Belangrijke test voor het detecteren en opvolgen van glaucoom. De test is pijnloos en zeer snel.

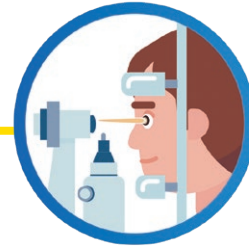
- **Methode 1:** het oog wordt kortstondig ingedrukt met de 'tonometer' nadat het eerst met een oogdruppel werd verdoofd.
- **Methode 2:** het oog wordt kortstondig ingedrukt met een luchtstoot. Er is geen verdoving nodig. Deze methode is iets minder nauwkeurig.
- **Methode 3:** de Icare is een draagbaar toestel dat eveneens werkt zonder verdovende druppels.

GONIOSCOPIE

De oogarts beoordeelt de voorkamerhoek. Dit is de anatomische hoek gevormd tussen de iris en het hoornvlies. Hier bevindt zich het zeefje langs waar het kamervocht afvloeit uit het oog.

De oogarts verdooft het oog met een oogdruppel en plaatst een speciale lens met spiegels op het oog, zodat hij de voorkamerhoek kan visualiseren.

Dit onderzoek is pijnloos en kort. Het helpt de arts bij het stellen van de diagnose glaucoom en bij het differentiëren van de verschillende types glaucoom (open-hoek *versus* gesloten-hoek glaucoom).

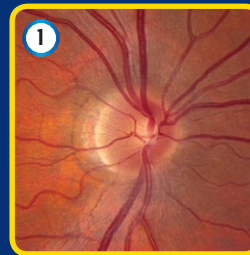


BEOORDELING VAN DE SCHADE AAN DE OOGZENUW

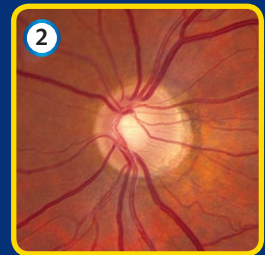
De oogarts gebruikt een lichtstraal om de binnenkant van het oog en de oogzenuw te visualiseren. Deze test is pijnloos.

- Je oogarts kan zien in welke mate de oogzenuw een uitholling vertoont en neemt er eventueel foto's van.
- Een te grote uitholling of een toename ervan bij opeenvolgende bezoeken wijst op glaucoom.

Om de oogzenuw goed te zien, gebruikt de oogarts soms een oogdruppel om de pupil groter te maken. Dat geeft gedurende een 2-tal uur een wazig zicht. In dit geval rijd je best niet zelf met de wagen naar huis!



Oogzenuw met normale uitholling



Toename van de uitholling door optreden van glaucoom





ONDERZOEK VAN HET GEZICHTSVELD

Je perifeer zicht kan aangetast zijn voordat je problemen opmerkt aan je centrale gezichtsscherpte. Daarom zal je oogarts een gezichtsveldonderzoek met een 'perimeter' uitvoeren om vroegtijdig blinde zones op te sporen, lang voor je die zelf opmerkt.

De perimeter is een toestel dat lichtpunten van wisselende sterkte projecteert in de ruimte. Terwijl je blik aandachtig op een fixatiepunt gericht blijft, druk je op een knop telkens je een lichtpunt ziet verschijnen in je gezichtsveld.

Deze test vergt wat medewerking van jouw kant, maar is pijnloos en duurt slechts 5 tot 10 minuten om beide ogen te testen.

NETVLISSCAN

Je oogarts kan glaucoom vroegtijdig opsporen en/of beter opvolgen met een netvliesscan, gemaakt met behulp van een OCT of HRT toestel. Dit toestel maakt een nauwkeurig beeld van de oogzenuw en de zenuwvezellaag errond. Zo kan de oogarts beginnende beschadiging van de oogzenuw beter vaststellen en opvolgen.

Een netvliesscan is noch pijnlijk, noch schadelijk voor het oog. Het neemt slechts 5 à 10 minuten in beslag.

HOE WORDT GLAUCOOM BEHANDELD?

Glaucoom is niet definitief te genezen.

Eens je glaucoom hebt, moet je je leven lang onder controle bij de oogarts blijven. Door de oogdruk te verlagen kan het ziekteproces gestabiliseerd worden of kan het verloop ervan sterk afgeremd worden. Reeds opgedane schade aan de oogzenuw kan niet meer hersteld worden. Vandaar het belang van een vroegtijdige diagnose. De kans op blindheid bij een glaucoom dat vroegtijdig ontdekt en correct behandeld wordt, is uiterst klein.

OOGRUPPELS

Glaucoom wordt meestal behandeld met oogdrukverlagende oogdruppels. De oogarts beoordeelt op basis van verschillende factoren (zoals de hoogte van de oogdruk en je gezondheidstoestand) welke oogdruppel voor jou het meest geschikt is. Je moet elke dag de druppels in je ogen doen, zonder onderbreking. Je druppelt best altijd rond hetzelfde tijdstip.

Oogdruppels zijn beschikbaar in unidoses en in flacons voor maandgebruik.



WAAROM BEWAARMIDDELEN VERMIJDEN?

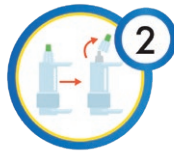
De meeste oogdruppels bevatten naast het actief bestanddeel ook een bewaarmiddel. Een bewaarmiddel geeft bij langdurig gebruik aanleiding tot **chronische irritatie en droge ogen**.

Aangezien de meeste patiënten met glaucoom jarenlang moeten druppelen, is het gebruik van oogdruppels zonder bewaarmiddel aan te raden.

HOE DRUPPELEN ?



Was je handen netjes.



Open de unidose of flacon.



Buig je hoofd naar achter en trek je onderste ooglid naar omlaag.



Laat 1 druppel vallen tussen het ooglid en de oogbol, zonder dat het flesje het oog raakt.



Sluit je ogen gedurende 2 minuten en druk met je vinger op het neusbeen ter hoogte van de ooghoek. Zo druk je het traankanaal dicht en heeft de druppel voldoende tijd om in het oog te dringen.



Gooi de unidose weg of hersluit de flacon voor maandgebruik.

Wacht minstens 5 minuten vooraleer je een andere oogdruppel indruppelt.

LASERBEHANDELING

De laser maakt microscopisch kleine gaatjes in de afvoerkanaaltjes, zodat het inwendige oogvocht beter weg kan. Dit kan aangewend worden als alternatief voor oogdruppels of als bijkomende behandeling als druppels onvoldoende drukdaling geven. Het effect houdt zelden langer dan 3 jaren aan. Deze behandeling is pijnloos.

OPERATIE

Indien oogdruppels en/of een laserbehandeling onvoldoende drukdaling geven, kan in samenspraak met de patiënt een operatie overwogen worden.

Je oogarts zal de verschillende opties met je bespreken.



HET IS HEEL BELANGRIJK OM JE BEHANDELING ELKE DAG CORRECT TE DRUPPELEN

Met je behandeling zie je mogelijks geen verschil in gezichtsvermogen. Daarom is een regelmatig bezoek aan de oogarts zo belangrijk: alleen de oogarts kan bepalen of de behandeling je glaucoom voldoende onder controle houdt.

Indien je je niet comfortabel voelt bij het gebruik van je oogdruppels, verminder of stop nooit op eigen houtje! Raadpleeg je oogarts.

Medicatie kan enkel helpen als je ze ook gebruikt.



HANDIGE HULPMIDDELEN

- Koppel je behandeling aan een dagelijkse routine, bv. het ochtendtoilet of na het avondeten.
- Gebruik een alarmsignaal (smartphone, wekker).
- Vraag iemand om hulp zoals een familielid of verpleegster.

STEL EEN BEZOEK AAN JE OOGARTS NIET UIT!

TUSSEN 40 EN 65 JAAR? ► Om de 2 jaar
OUDER DAN 65 ? ► Elk jaar

Je oogarts kan je gezichtsvermogen,
of wat er nog van overblijft,
bewaren als je tijdig
op consultatie komt door ...



... gebruik van
oogdrukverlagende druppels,
indien mogelijk zonder bewaarmiddel

BELGIAN GLAUCOMA SOCIETY

www.glaucoma.be

No part of this booklet may be reproduced in any form or
by any electronic means without permission of BGS.

Meer info? www.glaucoma.be