

Academie voor zelfzorg

Sevagram

Ogen druppelen

Voor *eigen regie* waar het kan en *professionele zorg* waar nodig.

Over Sevagram

Wij zijn een zorgorganisatie in Zuid-Limburg (Heerlen, Maastricht en het Heuvelland) gericht op ouderenzorg in onze zorglocaties, revalidatie en kort verblijf in Plataan in Heerlen, palliatieve zorg in onze hospices én paramedische zorg voor iedereen!

Als enige organisatie in Limburg met het Planetree Mensgerichte Zorg certificaat. Daar zijn we trots op!

Planetree-organisaties laten zien dat zij voortdurend bezig zijn om de zorg vóór en het welzijn ván cliënten of patiënten elke dag nog een beetje beter te maken.

Zelfzorg voor iedereen...

Informatie ogen druppelen

Het druppelen van de ogen is onderdeel van uw behandeling. Er is met u besproken dat u hier zelf zorg voor gaat dragen. Het voordeel hiervan is dat u niet afhankelijk bent van anderen. Maar u kunt ook uw ogen laten druppelen door uw mantelzorger als u dit prettiger vindt. In deze folder leren we u of uw mantelzorger de ogen druppelen.

Algemene informatie

Lees altijd de bijsluiter. Daarin staat informatie over de toediening, werking, bijwerkingen, houdbaarheid en het bewaren van de oogdruppels en oogzalf. Hier alvast een aantal belangrijke punten op een rijtje:

- Eenmaal geopend zijn oogdruppels en oogzalf meestal 1 maand houdbaar, tenzij anders vermeld.
- Volg altijd de instructies van uw arts.
- Houdt u aan de voorgeschreven dosering.
- Draagt u contactlenzen? Vraag dan aan uw oogarts of u de lenzen moet verwijderen voordat u oogdruppels of oogzalf gebruikt.
- Het is normaal dat u na het gebruik van oogdruppels of oogzalf even wazig ziet.
- Neem bij onduidelijkheden contact op met uw (oog)arts of apotheker.
- Er zijn verschillende hulpmiddelen te krijgen die kunnen helpen bij het zelf druppelen van het oog. De druppelbril wordt vaak gebruikt.

Druppelbril

De druppelbril is een bril met verschillende openingen. Hierin passen de meeste maten flesjes en pompjes. Hierdoor is het op een makkelijke manier mogelijk om oogdruppels aan te brengen. Kies de opening waar uw flesje goed stevig in blijft zitten.

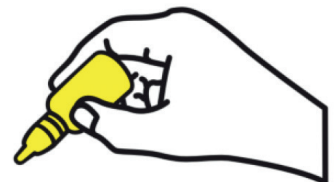


Vorbereiding

- Was vooraf uw handen met water en zeep. Droog ze goed af met een schone handdoek of papier.
- Schud het druppelflesje goed. Haal het dopje van het druppelflesje en leg het op de zijkant op een schone ondergrond.
- Laat geen huisdieren in de buurt wanneer u met de handeling bezig bent.
- Zorg dat u tijdens de handeling niets aanraakt wat niet nodig is.

Instructies als u het druppelen zelf doet

Neem het flesje met oogdruppels tussen duim en wijsvinger vast (alsof u een pen vastpakt). Meestal is dit de schrijfhand.



Leg de wijsvinger van uw vrije hand vlak onder het oog dat u gaat druppelen. Trek uw onderste ooglid iets naar beneden, zodat er een gootje ontstaat. Laat de hand met het flesje steunen op de hand die het ooglid naar beneden trekt.



Buig uw hoofd achterover en kijk naar boven, richting wenkbrauwen. Kunt u uw hoofd niet goed achterover buigen, ga dan liggen.

Breng het druppelflesje vlak boven uw oog. Knijp voorzichtig in het flesje en laat de druppel in het midden van het onderste ooglid vallen. Het flesje of dopje mag zeker niet uw oog, ooglid of wimpers aanraken. Dien per keer één druppel toe.



Sluit daarna uw oog (niet knijpen) en ga weer met uw hoofd rechtop zitten.

Druk uw traanbuis minstens 1 minuut dicht. U doet dit door zachtjes net onder het bobbeltje in de binnenhoek van uw oog te drukken. Het medicijn blijft hierdoor langer in het oog en loopt het niet meteen weg naar de neus.



Sluit als u klaar bent het flesje en bewaar het volgens het voorschrift op de bijsluiter.

Was weer uw handen.



Instructies voor mantelzorger

- Neem het flesje met oogdruppels tussen duim en wijsvinger vast (alsof u een pen vastpakt).
- Laat de persoon die gedruppeld wordt zitten, het hoofd naar achteren buigen en naar boven kijken.
- Trek het onderste ooglid iets omlaag, zodat er een gootje ontstaat.
- Knijp voorzichtig in het flesje en laat de druppel in het midden van het onderste ooglid vallen.
- Het flesje of dopje mag zeker niet het oog, ooglid of wimpers aanraken.
- Sluit daarna uw oog (niet knijpen) en ga weer met uw hoofd rechtop zitten.
- Druk met uw vrije wijsvinger uw traanbuis minstens 1 minuut dicht. U doet dit door zachtjes net onder het bobbeltje in de binnenhoek van uw oog te drukken. Het medicijn blijft hierdoor langer in het oog en loopt niet meteen weg naar de neus.
- Dien per keer één druppel toe.
- Sluit als u klaar bent het flesje en bewaar het volgens het voorschrift op de bijsluiter.
- Was weer uw handen.

Aandachtspunten

- Bij toediening van meer druppels is het beter een paar minuten te wachten voordat u de volgende druppel toedient. Anders bestaat de kans dat de tweede druppel de eerste wegspoelt.
- Wanneer u meerdere keren per dag moet druppelen, is het belangrijk het druppelen goed te verdelen over de dag.
- Bij gebruik van oogdruppels als ook oogzalf moet

u altijd eerst de oogdruppels toedienen, daarna pas de oogzalf.

- Hebt u last van tranende ogen, gebruik dan een gaasje of papieren tissue om de tranen weg te vegen. Gebruik géén stoffen zakdoek en gooi het gaasje of tissue weg na gebruik.
- Raakt u per ongeluk uw oog, oogleden of wimpers aan, maak dan het flesje schoon met een tissue.
- Veeg niet in uw ogen.
- Zijn uw oogleden vies? Maak ze dan schoon met een gaasje of tissue, eventueel natgemaakt met warm kraanwater.

Contact

Heeft u nog vragen over de instructie neem dan contact op met de academie voor zelfzorg via:

- E-mail:
academie.zelfzorg@sevagram.nl
- Telefoonnummer:
088 991 20 40