

Oog voor druppelen

Het gebruik van oogdruppels is niet zonder risico's. Hoe dien je ze het beste toe? Twee verpleegkundigen van Het Oogziekenhuis Rotterdam geven uitleg. Plus aandachtspunten bij veelvoorkomende middelen.

TEKST: MARION VERSTRAETEN FOTOGRAFIE: ISTOCK, OOGZIEKENHUIS ROTTERDAM

Iedere zorgorganisatie heeft haar eigen regels voor oogdruppelen, vertellen Marrie Scheltens en Nora Ooms, verpleegkundigen in Het Oogziekenhuis Rotterdam. Zij waren betrokken bij een nieuw Vlaams-Nederlands protocol over oogdruppelen van de World Association of Eye Hospitals (WAEH), dat onlangs verscheen.¹ Dit protocol – bruikbaar in thuiszorg en verpleeghuis – moet meer overeenstemming brengen, zodat alle verzorgenden en verpleegkundigen op dezelfde manier handelen. De verpleegkundigen hopen dan ook dat iedereen het gaat gebruiken. Wordt het nieuwe protocol in jouw organisatie niet ge-

bruikt? Breng dat dan onder de aandacht van je teamleider.

INDICATIES

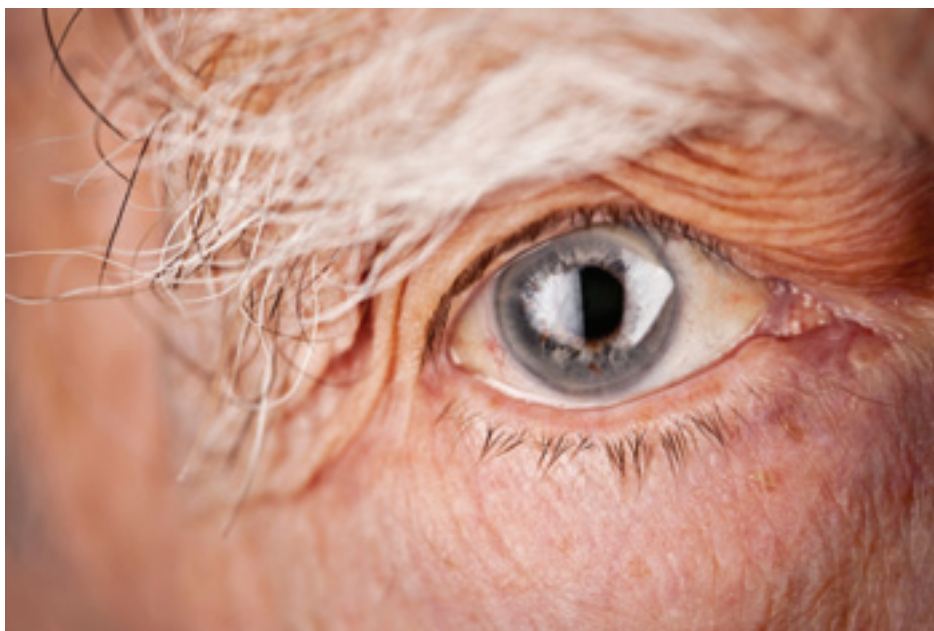
Oogdruppels worden meestal voorgeschreven na operaties, bij glaucoom (schade aan de zenuwvezels en oogzenuw), ooginfecties, irritatie van het oogbindvlies, allergische reacties, droge ogen of als pupilverwijder. Bij ouderen komen meer oogproblemen voor dan bij jongeren. De druppels kunnen zowel eenmalig als voor langere tijd voorgeschreven worden.

Marrie Scheltens geeft ook cursussen over oogdruppelen aan zorgverleners. 'Het druppelen van een oog lijkt een simpele

CHECKLIST ZELF DRUPPELEN

Vraag de patiënt voor te doen hoe hij de eigen ogen druppelt en check de volgende punten:

1. Wast en droogt cliënt de handen?
 2. Maakt cliënt zijn oog schoon voor het druppelen?
 3. Houdt cliënt het hoofd voldoende achterover? (zie afbeelding)
 4. Kijkt cliënt met beide ogen naar boven?
 5. Maakt cliënt een 'gootje'?
 6. Raakt cliënt oog, oogleden en wimpers niet aan?
 7. Druppelt cliënt één druppel?
 8. Sluit cliënt het oog na het druppelen?
 9. Drukt cliënt traanbuis correct dicht?
 10. Wast en droogt cliënt de handen goed?
 11. Sluit cliënt het flesje af?
 12. Druppelt cliënt op de juiste tijden?
 13. Vergeet cliënt niet te druppelen?
- Verwijs naar de folder oogdruppelen (www.oogdruppelen.nl) of maak gebruik van de app (zie kader hulpmiddelen).



handeling, maar er kleven wel degelijk risico's aan', zegt ze. 'Bij iedereen, maar bij ouderen nog meer, is het van belang dat het op de goede manier gebeurt. Ouderen zijn kwetsbaarder en hebben vaak ook andere ziektes als diabetes en

OOGDRUPPELINSTRUCTIE AAN DE CLIËNT (HAND- OP HANDMETHODE)

1. Was uw handen met zeep en droog ze goed af;
2. Reinig uw oog met fysiologisch zout of kraanwater. Veeg van buiten naar binnen, gebruik bij iedere strijking een nieuw gaasje;
3. Ga rechtop zitten. Neem het flesje oogdruppels in uw hand alsof u een pen vasthoudt;
4. Trek met de vingertoppen van uw andere hand het onderste ooglid naar beneden, zodat een gootje ontstaat;
5. Buig uw hoofd achterover en kijk met beide ogen naar boven. Kunt u uw hoofd niet goed achterover buigen, ga dan liggen;
6. Zet uw hand met het flesje op de hand die het gootje maakt. Breng het flesje boven uw oog. Raak oog, oogleden en wimpers niet aan met het flesje;
7. Knijp in het flesje en laat één druppel in het gootje vallen. Sluit uw oog (niet knijpen). U kunt uw hoofd terugbuigen en rechtop gaan zitten;
8. Druk uw traanbuis tenminste een minuut dicht, door zachtjes net onder het kleine harde bobbeltje in de binnenhoek van uw oog (aan de neuskant) te drukken om bijwerkingen te voorkomen;
9. 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 even wazig ziet.

hart- en vaatproblemen. Deze ziektes kunnen de oogproblemen verergeren of zelfs veroorzaken!

Scheltens komt in de praktijk nogal wat misvattingen tegen. Zo denken verzorgenden, en ook verpleegkundigen, vaak dat het niet erg is om de druppels iets eerder of later te geven. Of een keertje over te slaan. Maar dat is het wel! Voorgescreven oogdruppels zijn even belangrijk als andere medicijnen die je de cliënt geeft. Een voorbeeld: bij glaucoom (schade aan de zenuwvezels en de oogzenuw) worden oogdruppels voorgeschreven om de oogdruk te verlagen. Geef je die niet op tijd, dan wordt de oogdruk mogelijk te hoog, wat uiteindelijk zelfs tot blindheid kan leiden. De tijd waarop je de oogdruppels geeft, is dus erg belangrijk. Als op de verpakking staat dat je twee keer per dag moet druppelen, dan dient dat ook echt om de twaalf uur te gebeuren. Doe je het te vroeg of te laat, dan loop je het risico op overdosering. Of op een onbeschermd oog omdat de oogdruppels zijn uitgewerkt. Voor de zekerheid tweemaal achter elkaar druppelen heeft weinig zin, omdat je dan de eerste druppel wegspoelt. Als je zeker wilt weten hoe hard je in het flesje moet knijpen, kun je vóór het toedienen even een proefdruppel op een tissue laten vallen.'

BIJWERKINGEN

Iets anders waar volgens Scheltens onduidelijkheid over bestaat, is het dichtdrukken van de traanbuis na het druppelen.

Dat doe je minimaal één minuut (in de binnenhoek van het oog, net onder het bobbeltje), maar vijf minuten is het beste. Niet om te voorkomen dat de vloeistof wegstroomt – wat veel mensen denken – maar om te zorgen dat deze niet in de rest van het lichaam komt. 'Als de cliënt de druppels kan proeven, is de traanbuis niet goed dichtgedrukt', vertelt Scheltens. 'Veel oogdruppels hebben bijwerkingen en die zijn vaak niet gering.' (Zie de kadersstukjes.) Zo is een casus beschreven van een 62-jarige man die een hartstilstand en een ademhalingsstilstand kreeg na toediening van tropicamide-oogdruppels, een middel om de pupil te vergroten voor diagnostisch onderzoek. In hetzelfde artikel staat een andere patiënt genoemd

met cardiovasculaire stoornissen, die een TIA kreeg als gevolg van dat middel. Alle oogdruppels waar anticholinergische stoffen in zitten, kunnen bij een overdosis dodelijk zijn. Dat geldt ook voor bètablokkers, zelfs in normale doseringen bij COPD, en voor sympathicomimetica² (middel dat een stimulerende werking heeft op een deel van het zenuwstelsel). Verzorgenden en verpleegkundigen zijn vaak slecht op de hoogte van de mogelijke bijwerkingen van oogdruppels die niet op de goede manier gegeven worden, weet Scheltens. 'In veel gevallen worden de gevolgen onderschat. Er is weinig aandacht voor oogheelkunde. Levensbedreigende ziektes worden belangrijker gevonden. En dat is logisch. Maar hierdoor beseft men niet dat ook oogdruppels cliënten in een levensbedreigende situatie kunnen brengen. Ze kunnen zelfs blind worden!'

DE GOEDE MANIER

Hoe druppel je op een goede manier? Bij oogdruppelen bij mensen die dat niet zelf kunnen – bijvoorbeeld kwetsbare ouderen, gehandicapten of kinderen – steun je altijd op het voorhoofd, de slaap of op de neusbrug van de cliënt, zodat je bij een onverwachte beweging van de cliënt niet met het flesje in het oog komt. Ga bij voorkeur altijd achter de cliënt staan, indien mogelijk. Nog een tip: wil de cliënt zijn oog niet opendoen, dan kun je de druppel op het oog laten vallen. Zodra ze dat opendoen, valt de druppel erin. Heb je per ongeluk een verkeerde oogdruppel gegeven? Spoel dan direct met fysiologisch zout of – in de thuiszorg – met kraanwater en bel de oogarts. Druppelt de cliënt zelf, maar wil je voorkomen

PUPILVERWIJDENDE OOGDRUPPELS (MYDRIATICA)

Parasympatholytica

Middelen: atropine (0,25, 0,5 en 1%), tropicamide (0,5 en 1,0%), cyclopentolaat (0,5 en 1,0%).

Werking: pupilverwijding en accommodatieverlamming.

Indicaties: diagnostiek van lens, glasvocht en oogfundus, pupilverwijding voor oogoperaties en laserbehandelingen, bepalen van de brekingstoestand van het oog, ontstekingen van de iris.

Werkingsduur: het middel werkt na 15 à 30 minuten en dit houdt 5 tot 8 uur aan.

Bijwerkingen: verhoogde oogdruk (die zich kan uiten in hevige pijn in het oog, roodheid, slecht zicht, vergrote pupil), prikkeling bij het indruppelen, visusstoornissen, lichtschuwheid met of zonder verkleuring van de cornea, droge mond, hoofdpijn, tachycardie en allergische reacties (zwellings, roodheid van de conjunctiva en irritatie), psychotische reacties en gedragsstoornissen, vooral bij kinderen.



Ga bij het oogdruppelen indien mogelijk achter de cliënt staan. Je staat dan – bijvoorbeeld bij een rolstoel of grote cliënten – dicht bij het oog. Ook kun je de cliënt eenvoudiger ondersteunen bij het achteroverbuigen van het hoofd en kan hij zijn hoofd tegen je buik laten rusten. Dat geeft meer stabiliteit. Is dit niet mogelijk, dan kun je het ook vanaf de zijkant doen. Steun omwille van de stabiliteit altijd met je hand op het voorhoofd of de neusbrug van de cliënt.

dat hij druppels gebruikt die over datum zijn, schrijf dan de datum op de verpakking op de dag van openmaken. Kom terug op de dag dat de datum verloopt en controleer of de zorgvrager het flesje heeft vervangen en gedateerd.

INTERACTIE

Naast het risico op bijwerkingen, speelt ook mogelijke interactie een rol. 'Ik merk

dat verzorgenden en verpleegkundigen het – vanwege bijvoorbeeld tijdsdruk – soms lastig vinden om te wachten tussen verschillende soorten druppels', stelt Scheltens. 'Terwijl bij het toedienen van verschillende soorten oogdruppels een pauze van minstens vijf minuten

noodzakelijk is. Door ze tegelijk of heel kort op elkaar in het oog te druppelen, krijg je interactie tussen de verschillende middelen of een verminderde werking.' De wachttijd hoeft geen verloren tijd te zijn, zoals verzorgenden nogal eens denken. Scheltens: 'Geef de eerste druppel

OOGDRUPPELS VOOR BESTRIJDEN OF VOORKOMEN VAN ONTSTEKINGEN (ANTI-INFLAMMATOIR)

Middelen: prednisolon (Pred Forte®), nepafenac (Nevanac®)

Werking: zwak werkende corticosteroiden. Onderdrukken de ontstekingsreactie zonder de onderliggende aandoening te genezen.

Indicaties: inflammatoire, niet-infectieuze oogaandoeningen (keratoconjunctivitis vernalis, keratitis marginalis, stroma-oedeem bij keratitis, iridocyclitis, episcleritis, papillitis, neuritis optica). Allergische conjunctivitis. Postoperatieve prikkelingsverschijnselen van het voorste oogsegment (alleen de 1%-oplossing).

Bijwerkingen:

Lokaal: oogklachten (zoals wazig zien, een prikkend of brandend gevoel, corpus-alienum-gevoel), hyperemie, secundaire ooginfecties, mydriasis, petechiën op palpebrale conjunctiva, ptosis. Bij langdurig gebruik: cataract, verhoogde intra-oculaire druk (glaucoom), verdunde cornea, perforatie van de cornea of sclera. Systemisch: overgevoeligheid, urticaria, jeuk, huiduitslag. Hoofdpijn. Dysgeusie. Papiloedeem.

Wat kunnen de gevolgen zijn als je oogdruppels niet op de juiste wijze toedient?

1. Meer bezoeken aan de oogarts;
2. Meer oogdruppels/medicatie nodig;
3. Soms meer operaties/behandelingen nodig;
4. Meer ziekenhuisopnames;
5. Cliënten kunnen blind worden;
6. De zorgkosten stijgen enorm, terwijl dit onnodig is.

OOGDRUPPELS VOOR VERLAGEN/STABILISEREN OOGDRUK

Middelen: latanoprost (Xalatan®), dorzolamide/timolol (Cosopt®, Timolol®);
Werking: verlaagt de oogdruk;
Indicaties: verlaging van de intra-oculaire druk als monotherapie met een bètablokker niet afdoende is bij open-kamerhoekglaucoom of pseudo-exfoliatief glaucoom;
Werkingsduur: 24 uur;
Bijwerkingen: Lokaal: brandende en/of prikkende ogen, jeuk, wazig zien, verhoogde traanproductie, conjunctivitis, erosie van de cornea. Systemisch: dysgeusie, sinusitis.

en doe in de tussentijd iets anders. Teken bijvoorbeeld je actie af in het dossier, help iemand in de steunkousen, en geef daarna de tweede druppel. Op deze manier pas je de handelingen in in het drukke werkschema.'

Een andere hardnekkige misvatting is dat water waarmee je de ogen schoonmaakt voor het druppelen, gekookt moet zijn.

'Dat is niet zo: gekookt water moet eerst een tijd afkoelen, waardoor het een bron van bacteriën wordt. Het beste is om fysiologisch zout te gebruiken, en thuis gewoon kraanwater. Bij iedere strijking (van buiten naar binnen) gebruik je een nieuw gaasje.'

ZELF LEREN DRUPPELEN

Je kunt de cliënt ook zelf leren druppelen. Start op de eerste dag al met de instructie. De meeste cliënten kunnen in een paar dagen leren om zelfstandig te druppelen. Laat de cliënt nooit voor de spiegel druppelen, omdat dan altijd het

oog/hoornvlies wordt geraakt. Begeleid de cliënt enkele dagen en kom na een week terug om te checken of het goed gaat. Controleer daarna één keer per maand. Kom terug op de dag dat de oogdruppels over datum zijn. Ook dan kun je nogmaals controleren of het goed gaat. En of de cliënt nieuwe oogdruppels moet hebben.

Instructie geven lijkt veel tijd te kosten, maar in de praktijk valt dit erg mee. Bovendien levert het later tijd op, omdat je zelf niet meer hoeft te druppelen. Wellicht heeft de cliënt dan geen thuiszorg meer nodig. Dit draagt bij aan de kwaliteit van leven, omdat de cliënten zelfstandiger zijn en niet meer op de zorgverlener hoeven te wachten.

ONDERZOEK

Nora Ooms werkt ook als verpleegkundige in Het Oogziekenhuis Rotterdam. Uit het onderzoek dat zij deed naar het verbeteren van vaardigheden bij cliënten voor oogdruppelen, bleek het belang van goede instructie.³ Ooms: 'Sommige cliënten druppelden bijvoorbeeld al jaren zelf hun ogen, maar bleven toch klachten houden. Negen van de tien keer druppelt zo'n cliënt verkeerd. Hij raakt het hoornvlies aan tijdens het druppelen, waardoor dit kan beschadigen of ontsteken, of hij drukt de traanbuis niet goed dicht', legt ze uit. 'Of hij gebruikt oogdruppels die over de houdbaarheidsdatum zijn.' Dus: ook al druppelen cliënten al jaren zelf, de thuiszorg moet toch af en toe kijken of het goed gaat. Uit het onderzoek van Ooms bleek dat maar vier procent goed druppelt!

TOELICHTING OP WEBSITE

Naar aanleiding van haar bevindingen ontwikkelde Ooms samen met andere deskundigen een folder en de website www.oogdruppelen.nl, waar onder andere de hand-op-handmethode wordt

HANDIGE HULPMIDDELEN

- De gratis app Oogdruppelen geeft de patiënt instructies over ogen druppelen en een seintje als het tijd is voor oogdruppels;
- Veel oogdruppelfabrikanten hebben hulpmiddelen om de ogen goed te druppelen; Deze zijn te bestellen via de apotheek. Een overzicht vind je op www.oogdruppelen.nl;
- Een oogdruppeltabel, om soorten druppels en tijden te noteren. Te vinden op: www.oogdruppelen.nl;
- Op YouTube staat een instructiefilmpje van Het Oogziekenhuis over oogdruppelen (zoek op 'oogdruppelen oogziekenhuis').

toegelicht. Deze methode is volgens Ooms uitermate geschikt om veilig de eigen ogen te druppelen, zonder dat de patiënt het oog, de oogleden of de wimpers aanraakt met het flesje of met de hand (zie kader hand-op-handmethode). Bovendien is de methode ook geschikt voor zorgvragers die slecht ziend of blind zijn. Daarbij: de meeste mensen kunnen echt nog prima zelf hun ogen druppelen, en deze methode leer je ze in een paar minuten aan. Boven alles geldt natuurlijk: check regelmatig of het nog goed gaat door mee te kijken met de cliënt. Voor een zorgverlener die oogdruppelt, is de hand-op-handmethode minder geschikt. ■

Met dank aan: dr. Ivo Nijs, diensthofd Ophthalmologie, Ziekenhuis Oost Limburg Genk en prof. C.C. Sterk, oogheelkunde AMC Amsterdam.

Noten:

1. Het protocol is gebaseerd op de richtlijnen van Het Oogziekenhuis Rotterdam en de oogheelkundige afdeling UZ Leuven (founding members van de World Association of Eye Hospitals). Zie www.nursing.nl > verpleegkundigen > richtlijnen > richtlijnen medicatie.
2. Polak BCP, Völker-Dieben HJM. 'Oogdruppels soms levensgevaarlijk'. Medisch Contact. Jaargang 55. Nr. 7 - 22 juli 2002.
3. Ooms N. 'Eye drop administration: improving patients skills to make the procedure easier and reduce side-effects – a Rotterdam Eye Hospital project'. Int J Ophthalmic Practice. 2013; 4(4): 151-156.

Samengevat waar je op moet letten/ aan denken bij oogdruppelen

- Was je handen van tevoren;
- Let op de houdbaarheidsdatum op het flesje. Als de druppels over de datum zijn, dan kunnen ernstige infecties ontstaan. Mensen kunnen zelfs blind worden!
- Zorg dat oog en wimpers niet aangeraakt worden;
- Knijp niet te hard in het flesje waardoor er te veel druppels in een keer uitkomen;
- Druppels niet te snel na elkaar; minimaal 5 minuten ertussen;
- Laat de cliënt niet zelf de traanbuis dichthouden;
- Steun op het gelaat van de zorgvrager (druppelt ook makkelijker).