

Oogdruppelen

(Doe het zelfzorg)

Instructies voor het gebruik van oogdruppels

Het toedienen van oogdruppels kan in het begin even wennen zijn, maar met deze stap-voor-stap uitleg gaat het gemakkelijker.

Volg de onderstaande stappen om oogdruppels correct in te brengen.

Stap 1: Was uw handen

Was eerst goed uw handen met water en zeep en droog ze af met een schone handdoek.

Stap 2: Ga rechtop zitten

Ga rechtop zitten en houd het flesje oogdruppels vast zoals een pen.

Het is meestal het gemakkelijkst om dit met uw dominante hand (de hand waarmee u schrijft) te doen.

Stap 3: Trek het onderste ooglid naar beneden

Gebruik de vingers van uw andere hand om het onderste ooglid voorzichtig naar beneden te trekken.

Hierdoor ontstaat er een klein gootje waar de druppel kan vallen.

U kunt de palm van uw hand ook op uw kin laten rusten voor extra steun.

Stap 4: Kijk omhoog

Buig uw hoofd iets naar achteren en kijk met beide ogen omhoog. Als u niet goed achterover kunt buigen, kunt u ook gaan liggen.

Stap 5: Breng de druppel aan

Houd het flesje boven uw oog, maar raak het oog of de wimpers niet aan met het flesje. Knijp voorzichtig in het flesje om één druppel in het gootje van uw ooglid te laten vallen.

Stap 6: Sluit uw oog en blijf rechtop

Sluit uw oog na het druppelen, maar knijp niet. Zet uw hoofd weer rechtop, of blijf even liggen als u dat prettiger vindt.

Stap 7: Druk op de traanbuis

Om bijwerkingen te voorkomen, kunt u het zachtjes doen door met uw vinger op het zachte plekje in de binnenhoek van uw oog (de traanbuis) te drukken. Doe dit minstens 1 minuut. Als u toch bijwerkingen ervaart, kunt u dit 5 minuten volhouden.

Stap 8: Was uw handen en berg het flesje op

Was opnieuw uw handen met water en zeep en droog ze af. Sluit het flesje goed af en bewaar het volgens de aanwijzingen op de verpakking.

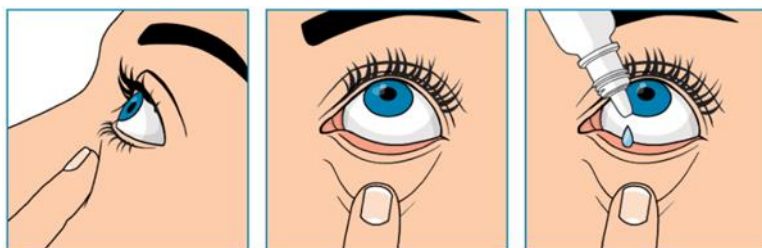
Let op:

Het kan zijn dat uw zicht tijdelijk wat wazig is na het druppelen.

Dit is normaal en verdwijnt meestal snel.

Instructiefilm van het oogfonds:

<https://youtu.be/qAsW9ISjdvw>



Vragen?

Heeft u vragen over de instructie dan mag u contact opnemen met de Doe het zelfzorg via e-mail:

doehetzelfzorg@lzt.nl

Of telefoonnummer: 06-15529938

Laurentius Ziekenhuis
Oranjelaan 4
6043 GL Roermond
www.lzt.nl

Patiënt communicatie Laurentius Ziekenhuis
34207880 - ApM - augustus 2026