



# NANOS

## Patient Brochure

### Tørre øjne

*Copyright © 2015. North American Neuro-Ophthalmology Society. All rights reserved. These brochures are produced and made available "as is" without warranty and for informational and educational purposes only and do not constitute, and should not be used as a substitute for, medical advice, diagnosis, or treatment. Patients and other members of the general public should always seek the advice of a physician or other qualified healthcare professional regarding personal health or medical conditions.*

## Tørre øjne

Din læge mener, at du har tørre øjne. Tårefilmen er en kompleks blanding af vand og materialer, der fugter og beskytter øjet. Tårefilmen virker også som en lysbrydende og fokuserende del af øjets overflade. Personer, der har en unormal tårefilm, får diagnosen 'tørre øjne', men nogle patienter med 'tørre øjne' mærker ikke, at deres øjne er 'tørre'. Kløende, kradsende, brændende fornemmelse, fornemmelsen af at der grus eller sand i øjet, eller forbigående sløring af synet kan alle være symptomer på 'tørre øjne'. Der er en række mulige behandlinger, både medicin og procedurer, der kan lindre symptomerne på tørre øjne. Din læge vil hjælpe med at finde den bedste løsning for dig.

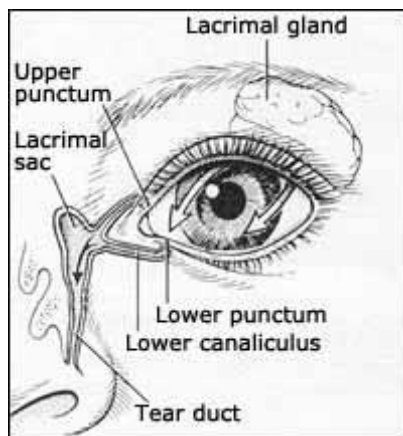
Tårer består ikke blot af saltvand. Man kan forestille sig tårefilmen som en sandwich med tre lag. Der er 'mucin' i bunden, saltvand i midten og et lag 'lipid' på toppen. Alle tre lag må være intakte for at beskytte og fugte dit øje. Er der et problem i bare et af disse tre lag, kan det medføre 'tørt øje'. Hvad består disse tre lag af?

### Mucinlaget

Mucinlaget indeholder mucus (slim), der skaber en forbindelse mellem saltvandet og overfladen af øjet. Mucinlaget stabiliserer tårefilmen og forhindrer, at bakterier og snavs sætter sig fast på øjet.

### Det vandige lag

Saltvandet, eller det vandige lag, indeholder meget mere end blot salt og vand. Det indeholder også proteiner, såsom immunoglobuliner, der beskytter mod betændelse, og lysozymer, der fordøjer skadelige proteiner, som bliver udskilt af bakterier.



Dette billede viser forholdet mellem det venstre øje, tårekirtlen, tårepunktet og tåresækken. Den vandige fase af tårefilmen udskilles af tårekirtlen. Den findes lige over øjet i øjenhulen bagved øjenlåget. Når du blinker, bringes friske tårer ned over øjets overflade. Tårerne dræneres gennem to huller eller 'punkter'. Både det øvre og nedre øjenlåg på hvert øje har hvert et punkt. Tårepunkterne er forbundne til et lille afløbssystem. Dette afløbssystem samles til en tåresæk mellem øjet og siden af næsen. Fra tåresækken løber tårerne ned i næsen. Det er derfor, at næsen løber, når man græder.

### Lipidlaget

Man kan forestille sig lipider som fedt og olier. De hjælper med at modvirke fordampning af tårefilmen og øger tårefilmens evne til at blive fordelt. Som mucinlaget medvirker lipiderne også til at stabilisere tårefilmen på øjets overflade. Et sundt lipidlag modvirker også mekanisk irritation fra øjenlåget, hver gang du blinker. Alle disse funktioner hjælper med at vedligeholde tårefilmen som en glat, ubrudt og beskyttende overflade på øjet, der samtidig også sikrer øjet en optisk klar overflade, der kan fokusere.

## **Blinken og tårefilmen**

Man kan sammenligne øjenlåg med vinduesviskere, der spreder tårefilmen jævnt ud over øjets overflade. Et problem med øjenlågene kan påvirke tårefilmen og forhindre tårefilmen i at virke korrekt. Eksempel på dette er tilstande, hvor øjenlågene ikke kan lukkes helt. Dannelse af ar på øjenlåget efter skader kan også påvirke øjenlågets funktion.

## **Symptomer på tørre øjne**

Patienter med tørre øjne kan opleve forskellige symptomer, afhængigt af hvilket lag af tårefilmen påvirkes. Nogle føler, at deres øjne er 'tørre', men mange mærker ikke til dette. Andre oplever en kløende, kradsende eller brændende fornemmelse eller følelsen af at have noget i øjet ('fremmedlegemefølelse'). Der vil også være nogle som oplever sløring af synet eller ligefrem dobbeltsyn.

Hvordan kan et problem med tårefilmen forårsage sløret syn eller endog dobbeltsyn? Tårefilmen er også vigtig for den del af øjets overflade, der skal kunne stille skarpt. (fokusere). Tilstande, der gør tårefilmen ujævn eller ustabil, kan give problemer med at fokusere. Ofte klager patienter med tørre øjne over, at deres syn er klart i starten, når de læser, men efter 10-20 minutters læsning bliver deres syn sløret, og de kan ikke se tydeligt længere.

## **Hvorfor er mine øjne tørre?**

Fordi tårefilmen er kompleks, er der flere problemer, der kan give tørre øjne. Her er et par eksempler.

### **Miljømæssige årsager**

Personer, der bor i tørt klima, har oftere tørre øjne. Lav luftfugtighed giver en hurtigere fordamning af tårefilmen fra øjets overflade. Støv, snavs og forurening kan forværre tilstanden med tørre øjne.

### **Hormonelle årsager**

Kvinder, der har gennemgået klimakteriet (overgangsalderen), har ofte en mindre udskillelse af tårer. Gravide kvinder har ofte en større udskillelse af tårer. Kvinder, der har været i overgangsalderen, men som er i hormon substitutionsbehandling (såsom østrogen), har også ofte en mindre tåresekretion. Virkningen af østrogen substitutionsbehandlingen på tåresekretionen er ikke fuldstændigt forstået.

### **Medicin**

Noget medicin kan give tørre øjne. Udover hormon substitutionsbehandling giver antihistaminer (som Benadryl, Benylan) og nogle antidepressiva (Saroten, amitriptylin) tørre øjne. Du skal altid tale med din læge, før du stopper med at tage din medicin, selv hvis du tror, at medicinen kan være skyld i dine tørre øjne.

### **Øjenlåg og blinken**

Personer, der ikke kan lukke øjnene helt, når de blinker (for eksempel patienter med Graves sygdom) eller som blinker sjældnere (for eksempel patienter med Parkinsons sygdom), er mere tilbøjelige til at have tørre øjne. Personer, der læser meget eller

arbejder ved computeren, har også oftere tørre øjne. Når man læser eller koncentrerer sig, blinker man sjældnere.

## **Behandling af tørre øjne**

Der er mange mulige måder hvorpå tørre øjne kan behandles, og den korrekte behandling afhænger af hvilken del af tårefilmen, der er unormal. For mange patienter er kunstig tårevæske tilstrækkeligt. Andre kan have brug for kirurgi for at rette et øjenlåg, der er arret eller et øjenlåg, der ikke lukker ordentligt.

### **Kunstig tårevæske**

Kunstig tårevæske er tilgængeligt i håndkøb og kræver ikke en recept. Der er mange forskellige typer og mærker inden for kunstig tårevæske. Din læge kan hjælpe dig med at vælge, men ofte skal du selv prøve forskellige for at finde ud af, hvilken der passer bedst til dit behov. Nogle typer af tårevæske er mere tyktflydende end andre. Nogle patienter foretrækker de tyktflydende, fordi de holder længere. Andre patienter bryder sig ikke om den tyktflydende tårevæske, fordi den gør synet sløret kortvarigt efter drypning. Til patienter, der har behov for at bruge kunstig tårevæske ofte, vil lægen nogle gange anbefale en type tårevæske, der ikke indeholder konserveringsmiddel.

### **Kunstig tårevæske som salve**

Patienter med meget tørre øjne kan have behov for at bruge en salve til at beskytte deres øjne. Nogle patienter har kun behov for at bruge kunstige tårevæske i salveform ved sengetid. At bruge salve ved sengetid er særligt godt for patienter, hvis øjne ikke lukkes helt under søvnen, eller for patienter, der har svære symptomer på tørre øjne, lige når de vågner.

### **Anti-inflammatoriske stoffer**

Lægen kan nogle gange ordinere anti-inflammatoriske øjendråber for patienter med tørre øjne af en svær grad. Det drejer sig hyppigst om præparatet Restasis (cyclosporin).

### **Vask af øjenlåg og antibiotika**

Nogle patienter har problemer med de kirtler, der udskiller olie til tårefilmen. Den hyppigste tilstand er acne rosacea. Disse patienter kan have utilstrækkelig udskillelse, for meget udskillelse eller for tyktflydende udskillelse af olie. Din læge kan ordinere en kur med vask af øjenlågene. Det kan være en varm, ren og opvredet vaskeklud, der lægges på lukkede øjnene i 1 minut samt massage af øjenlågene med en smule babyshampoo og afvaskning for at afhjælpe disse problemer. Nogle gange kan antibiotika (indtaget som piller), såsom doxycyclin, være en hjælp, især for personer med acne rosacea. Antibiotika fortynder udskillelsen fra de meibomske kirtler og hjælper med at stabilisere lipidlaget af tårefilmen. Din læge vil nogle gange udskrive et antibiotikum, selvom du ikke har en betændelsestilstand.

### **Propper i tårepunkterne**

Personer med tørre øjne kan have gavn af at få aflukket et eller begge tårepunkter for at øge mængden af tårefilm på øjets overflade (se ovenstående tegning af tåreafløb). En læge indsætter disse propper, og propperne kan være midlertidige eller

permanente. Lægen kan også ved brug af diatermi permanent lukke tårepunkterne, hvis tilstanden er vedvarende.

### **Kirurgi**

En operation er kun nødvendig, hvis patienten har et arret øjenlåg, hvis øjenlåget ikke kan lukkes helt eller hvis patienten har et øjenlåg, der ikke sidder, som det skal.

### **Ofte stillede spørgsmål**

#### **Hvordan kan jeg have tørre øjne, når mine øjne løber i vand hele tiden?**

Tåreflåd eller øjne, der løber i vand, er et symptom på tørre øjne. Tåreflåden er reflektorisk og skyldes en tørhedsbetinget irritation.

#### **Jeg bruger kunstig tårevæske, men det lader ikke til, at det hjælper. Gør jeg noget forkert?**

Valget af behandling afhænger af sygdommens sværhedsgrad. Kunstig tårevæske alene kan være tilstrækkeligt i milde tilfælde, men i sværere tilfælde er der ofte brug for mere behandling end blot kunstig tårevæske. For at den kunstig tårevæske skal være effektiv, skal den bruges regelmæssigt og flere gange dagligt i dagtimerne.