



Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's

Dit is de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.

Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

In het kort

Ogen druppelen



U heeft oogdruppels voorgeschreven gekregen van uw zorgverlener. Hier ziet u hoe u zelf uw ogen druppelt.

Vorbereiding

Leg de materialen klaar



Leg alles wat u nodig heeft klaar op een schone ondergrond:

- de oogdruppels
- een handdoek voor na het handen wassen
- een tissue voor na het druppelen

Controleer de houdbaarheidsdatum van de oogdruppels



Controleer de houdbaarheidsdatum van uw oogdruppels. Kijk op de verpakking voor de datum. Gebruik geen druppels die voorbij de datum zijn.

Datum openen flesje noteren



Opent u het flesje voor het eerst? Schrijf dan de datum waarop u het flesje opent op het etiket. De druppels blijven na het openen voor een bepaalde tijd goed.

Oogdruppels bewaren in de koelkast



Veel oogdruppels bewaart u in de koelkast. Ze blijven dan langer goed. De werkzame stoffen blijven dan beter. Controleer altijd de bijsluiter en het etiket of u uw oogdruppels in de koelkast moet bewaren.

Druppels uit de koelkast voorverwarmen



Komen uw druppels uit de koelkast? Houd het flesje dan eerst even in de hand. Zo warmen de druppels op. Koude druppels kunnen vervelend aanvoelen.

Eerst een keer oefenen



Druppelt u voor de eerste keer? Oefen dan eerst een keer op een tissue. Zo voelt u hoe hard u in het flesje moet knijpen voordat er een druppel uitkomt.

Zelf uw ogen druppelen



Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

Uitgesproken tekst van de video

U gaat zelf uw ogen druppelen.

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

U gaat rechtop zitten.

Haal de dop van het flesje.

Houd het flesje vast in de hand waarmee u schrijft.

Trek met uw andere hand uw onderste ooglid naar beneden.

Er ontstaat nu een gootje onder uw oog.

Buig uw hoofd achterover.

En kijk naar boven.

Houd het flesje boven uw oog.

Raak uw oog niet aan met het flesje.

Knijp rustig in het flesje.

Laat 1 druppel in het gootje komen.

Sluit rustig uw oog...

en houd uw hoofd weer rechtop.

Druk met uw vinger tegen de binnenhoek van uw oog aan.

Hou dit even vast.

Hierna kunt u uw oog weer openen.

Was uw handen daarna met water en zeep.

Plaats de dop weer op het flesje.

Plaatsing van de handen



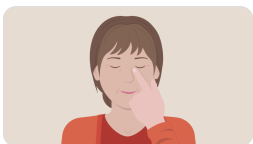
Leg uw handpalm van de hand waarmee u uw ooglid naar beneden trekt, op uw kin. Zet de handpalm van uw hand met het flesje, op de knokkels van uw hand. Zo kunt u de druppels makkelijker in het gootje van uw oog laten vallen.

Liggend uw ogen druppelen



Kunt u uw hoofd moeilijk achterover doen? Dan kunt u gaan liggen tijdens het druppelen van uw ogen.

Op binnenhoek van uw oog drukken



Druk zachtjes net onder het kleine harde bobbeltje in de binnenhoek van uw oog. Zo voorkomt u dat de druppel wegloopt. Houd dit 1 minuut vol.

Meerdere oogdruppels in hetzelfde oog



Moet u meerdere oogdruppels doen in hetzelfde oog? Zorg er dan voor dat er minimaal 5 minuten tussen zit.

Oogdruppelschema



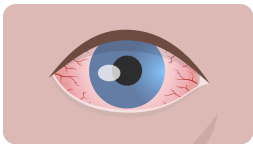
Heeft u een oogdruppelschema? Teken dan de oogdruppels af na het druppelen.

Oog aangeraakt met flesje



Raakt u met het oogdruppelflesje per ongeluk uw oogbol of het ooglid aan?
Maak het topje van het flesje dan schoon met een schone tissue.

Irritatie aan uw oog



Wordt uw oog rood of voelt het vervelend aan? Stop dan met druppelen en bel uw zorgverlener.

Hulp bij het ogen druppelen

Lukt het niet om zelf uw ogen te druppelen? Dan kan iemand anders u helpen. U kunt ook een hulpmiddel gebruiken.

Allebei handen wassen



Het is belangrijk dat u en uw helper allebei uw handen wassen. Droog de handen goed af.

Achter persoon staan



Degene die u helpt kan het best achter u gaan staan. De helper heeft dan goed zicht op uw oog en kan makkelijker druppelen.

Vindt u het lastig om te druppelen? Vraag dan in de apotheek naar een hulpmiddel. Er zijn verschillende hulpmiddelen beschikbaar.

Druppelbril



U kunt een druppelbril gebruiken. Hier ziet u hoe u dat doet:

1. Zet het pipetje op een gaatje in de bril.
2. Zet de bril op.
3. Trek uw ooglid naar beneden.
4. Houd uw hoofd achterover.
5. Laat een druppel in uw oog vallen.
6. Doe uw oog dicht.

Eyot oogdruppelaar



U kunt een Eyot oogdruppelaar gebruiken. Hier ziet u hoe u dat doet:

1. Schuif het flesje oogdruppels in het hulpmiddel.
2. Trek uw ooglid met het hulpmiddel naar beneden.
3. Houd uw hoofd achterover.

4. Laat een druppel in uw oog vallen.
5. Doe uw oog dicht.

Lukt het zelf druppelen niet goed, ook niet met behulp van hulpmiddelen? Of wilt u het graag een keer samen met iemand proberen? Neem dan contact op met het secretariaat. Zij maken dan een afspraak voor u bij de druppelinstructie verpleegkundige.

Contact

- Gebruikt u de BeterDichtbij App en heeft uw vraag geen spoed? Stel dan uw vraag via de BeterDichtbij App.
- Heeft uw vraag spoed of heeft u geen uitnodiging voor BeterDichtbij ontvangen? Neem dan contact op met de polikliniek oogheelkunde via 088 - 70 68 980.
- Kijk op de website voor de actuele bereikbaarheid van de [polikliniek oogheelkunde \(https://bravis.nl/afdelingen/oogheelkunde\)](https://bravis.nl/afdelingen/oogheelkunde).