

Oogmonitoring op elke leeftijd; hoe doe je dat?

Door: Ann Pyck

Elke contactlensdrager vult het begrip 'ooggezondheid' in naar eigen believen.

Iemand die lenzen wil, laat deze graag aanpassen en vindt de begeleiding onontbeerlijk als het gaat over het vinden van de juiste lens en het juiste lensmateriaal alsook het leren inzetten en uithalen van de lenzen. Maar dan start vaak het freewheelen van de gelukkige lensdrager. Bewust of onbewust worden de gezondheidsregels rond het dragen van contactlenzen opgerekt of volledig vergeten. Zes maanden zijn zo voorbij en de volgende set lenzen wordt het liefst aan huis geleverd. Waarom ook niet? Het gaat toch allemaal goed? Maar het mantra 'als het geen pijn doet, is het wel goed' is toch wel wat kortzichtig. Vaak wordt er pas aan gedacht om de ogen nog eens te laten checken wanneer de lenzen niet meer fijn aanvoelen of het zicht niet meer voldoet.

De realiteit is dat een contactlens op het oog, hoe comfortabel deze ook voelt, een mini-ecosysteem creëert. En dit systeem moet worden gemonitord en preventief worden bijgestuurd, zeker omdat lenzen dragen tegenwoordig vaak een keuze is voor tientallen jaren. Het is aan ons, aanpassers, om de initiële lensaanpassing te overstijgen en te fungeren als een oogcoach die preventief meedenkt met tevreden lensdragers.

Het start met op regelmatige tijdstippen preventieve controles aan te bieden waar er meer gebeurt dan enkel een visustest. Zo krijg je het vertrouwen om een partner te zijn bij het gezond lenzen dragen. Behalve een herhaaldelijke educatie van de do's (vervang op tijd je lenzen en eventueel lenshouders...) en don'ts (slaap niet met lenzen die daarvoor niet bedoeld zijn...), is er tijd om samen de ogen en de lenzen te checken. Dit laatste nemen wij heel letterlijk, want behalve de objectieve tests en de visusevaluatie, geven we telkens een update aan de hand van beelden van de eigen ogen en oogleden.

Deze manier van monitoring impliceert wel dat er behoorlijk wat tijd wordt gestopt in een preventieve oogcontrole. Want samen met de tests vragen wij ook actief of lensdragers verschillen hebben opgemerkt, hoe de algemene gezondheid is en of hun leven nog gelijkaardig is ten opzichte van de vorige lenscontrole. Dit kan ook betrekking hebben op een nieuwe gezinssituatie, een veranderde werkomgeving of gewijzigde gezondheidsaspecten, bijvoorbeeld:

*Een jonge ouder die veel minder slaapt en veel meer te maken krijgt met pampers en babyverkoudheden maken we attent op nog strengere ooghygiëne.

*Een lensdrager die chronisch medicatie moet nemen, checken we actief op eventueel gewijzigde oogbevochtiging. Indien nodig maken we samen een plan hoe we dit kunnen aanpakken.

*Voor een multifocale lensdrager die plots veel meer 's avonds moet autorijden en dus andere visuele behoeftes krijgt, wordt er preventief een andere multifocale oplossing aangereikt.

Op deze manier kan je met contactlenzen snel inspelen op nieuwe realiteiten en wordt er niet gewacht op een 'ongezonde' of 'visueel niet meer toelaatbare' situatie voordat er wordt ingegrepen. Door het vertrouwen te krijgen van de lensdragers in je praktijk, kan je flexibele visuele oplossingen bieden die aansluiten op de levensfase waarin de lensdrager zich bevindt. Op korte termijn is de tijd die je erin stopt niet rendabel maar de lange termijnvisie biedt veel meer perspectief. Wanneer je werkt met ogen die je al tientallen jaren kent, kan je veel gerichtere oplossingen bieden die mooie resultaten blijven geven. Het verbaast dan ook niet dat de efficiëntie op lange termijn ook financiële voordelen biedt voor een contactlenspraktijk.

Maar gezonde oogzorg reikt nog verder; wanneer we merken dat contactlenzen niet meer de juiste gezonde oogoplossing bieden of als ze niet meer visueel performant genoeg zijn, sturen we actief door naar anderen die 'onze' contactlensdrager beter kunnen helpen. Ook al betekent dit dat het dragen van lenzen stopt. Het integer benaderen van het dragen van contactlenzen blijft ons de spreekwoordelijke zuurstof geven om telkens weer in een gezond behandelplan voor de ogen te voorzien.

