

Gezondheid in de contactlenspraktijk

Door: Martin Boersma

"Gezondheid is een toestand van volledig fysiek, mentaal en sociaal welzijn en niet louter de afwezigheid van ziekte of gebrek." (World Health Organization, 2020)

Gezondheid omvat meer dan alleen de afwezigheid van ziekte; het is een samenspel van fysiek, mentaal en sociaal welzijn. Geestelijke gezondheid stelt mensen in staat om hun capaciteiten te benutten, veerkrachtig om te gaan met dagelijkse uitdagingen en een actieve rol in de samenleving te vervullen. De World Health Organization (WHO) benadrukt het belang van het bevorderen, beschermen en herstellen van deze gezondheid. Maar wat betekent dit voor de contactlensspecialist?

Kan een contactlens bijdragen aan de gezondheid of het welzijn van een patiënt? Het antwoord is volmondig ja. Een treffend voorbeeld is de patiënt met keratoconus, wiens hoornvliesafwijking zodanig vergevorderd is dat hij zonder correctie nauwelijks kan functioneren. Schaduwbeelden, dubbelzien en verminderde gezichtsscherpte beperken het dagelijks leven en deelname aan de maatschappij. Door het aanmeten van op maat gemaakte harde of sclerale lenzen kan het zicht aanzienlijk verbeteren, waardoor de patiënt weer normaal kan functioneren en zijn levenskwaliteit toeneemt (Baudin et al., 2021).

Niet alleen patiënten met medische indicaties, maar ook jongeren ervaren de impact van een contactlens op hun welzijn. Denk aan een onzekere tiener die zich niet prettig voelt met een bril en bang is voor sociale afwijzing. Hoewel ouders het misschien niet als een noodzaak zien, kan het dragen van lenzen voor de tiener een wereld van verschil maken. Zelfvertrouwen neemt toe, sociale acceptatie verbetert en daarmee ook de mentale gezondheid. Uit onderzoek blijkt dat tieners hun kwaliteit van leven hoger beoordelen met lenzen dan met een bril (Plowright et al., 2015).

Ook presbyopen ondervinden hinder van hun visuele beperking. Het wisselen tussen een leesbril en geen bril, of het constant moeten turen door het onderste deel van een multifocale bril, kan frustrerend zijn. Studies tonen aan dat presbyopen die een leesbril dragen hun levenskwaliteit lager inschatten dan mensen zonder deze beperking (Goertz et al., 2014).

De invloed van contactlenzen op gezondheid reikt verder dan deze voorbeelden. Een patiënt met anisometropie (groot verschil in sterkte) kan hinderlijke beeldgrootteverschillen ervaren die met een bril nauwelijks te corrigeren zijn. Contactlenzen kunnen dit probleem vaak effectief verhelpen. Een patiënt met het syndroom van Sjögren kan dankzij sclerale of bandagelenzen verlichting vinden bij chronische droge ogen. En een kind van acht met myopie kan met remmende lenzen niet alleen beter zien, maar mogelijk ook toekomstige oogziekten voorkomen (Lanca, Pang, & Grzybowski, 2023).

Als contactlensspecialisten spelen we een cruciale rol in het verbeteren van zowel fysieke als mentale en sociale gezondheid. Dit begint bij een scherpe observatie, een gedegen anamnese en een passende oplossing. Soms is die oplossing zo simpel als een goed aangemeten contactlens, met een impact die veel verder reikt dan het oog alleen.

Literatuur:

Baudin, F., Chemaly, A., Arnould, L., Barrénéchea, E., Lestable, L., Bron, A. M., & Creuzot-Garcher, C. (2021). Quality-of-Life Improvement After Scleral Lens Fitting in Patients With Keratoconus. *Eye & contact lens*, 47(9), 520–525. <https://doi.org/10.1097/ICL.0000000000000821> Goertz, A. D., Stewart, W. C., Burns, W. R., Stewart, J. A., & Nelson, L. A. (2014). Review of the impact of presbyopia on quality of life in the developing and developed world. *Acta ophthalmologica*, 92(6), 497–500. <https://doi.org/10.1111/aos.12308> Lanca, C., Pang, C. P., & Grzybowski, A. (2023). Effectiveness of myopia control interventions: A systematic review of 12 randomized control

trials published between 2019 and 2021. *Frontiers in public health*, 11, 1125000.

<https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1125000> Plowright, A. J., Maldonado-Codina, C., Howarth, G. F., Kern, J., & Morgan, P. B. (2015). Daily disposable contact lenses versus spectacles in teenagers. *Optometry and vision science* : official publication of the American Academy of Optometry, 92(1), 44–52.

<https://doi.org/10.1097/OPX.0000000000000454> World Health Organization. (2020). Basic documents: (including amendments adopted up to 31 May 2019). World Health Organization.