

Als een bril niet meer helpt

Cataract

Opereren is het enige wat helpt. Twijfel niet te lang: het is een routine-ingreep met een erg hoge slaagkans en je riskeert blind te worden als je het niet doet.

Nadine Vanhee en Gitte Wolput

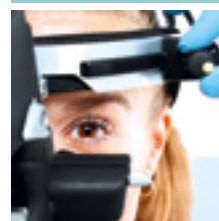


Collega Karel liet er geen twijfel over bestaan: “Mocht mijn moeder zich niet hebben laten opereren, dan had ze nu wellicht bijna niets meer gezien.” Ze zag al een hele tijd almaar slechter. Cataract was de diagnose. Maar een operatie zag ze niet zitten. Het hele gezin bleef echter aandringen en uiteindelijk zwichtte ze. Eerst het rechteroog, een week later het linker. “Nu is ze blij dat ze de stap heeft gezet. Vrij snel na de operatie werd nastaar vastgesteld aan één oog, maar dat werd bijgelaserd, en daarmee was de kous af. Haar zicht is er zonder enige twijfel stukken op vooruitgegaan. Ze heeft alleen nog af en toe een leesbril nodig.” Wist je dat de kans reëel is dat je ooit cataract krijgt? Ten minste als je het geluk hebt om een gezegende leeftijd te

bereiken. De meest frequente verklaring is immers veroudering. Karels moeder was 78 toen ze zich liet opereren. Mijn eigen oogarts zei dat patiënten van 85 jaar of ouder zeker geen uitzondering zijn.

Wanneer wijst alles in de richting van cataract?

Je hebt last van een wazig zicht. Het lijkt alsof er een soort van sluier over je oog ligt. Fel licht hindert je makkelijk. Je wordt snel verblind door de zon, kunstlicht en autolampen. Kleuren hebben een dof tint gekregen. Je hebt soms dubbel zicht. Ja, dan is de kans reëel dat cataract, ook wel grijze/grauwe staar genoemd, zich aan het ontwikkelen is. Het komt erop neer dat je ooglenzen geleidelijk aan troebel wordt. In normale omstandigheden is die lens helder en het is dankzij dat



Geen enkele
behandeling of
medicatie kan
de evolutie van
cataract omkeren
of stoppen.

onderdeel van je oog dat je zowel dichtbij als ver scherp ziet omdat de lens zich automatisch kan instellen in functie van de afstand. Bij cataract vertroebelt de lens omdat er eiwitten in samenklonteren. Daardoor beginnen de beelden te vervagen en worden kleuren matter. In eerste instantie kun je je misschien behelpen met almaar sterkere brilglazen of lenzen, en misschien zelfs een loep. Maar op een bepaald ogenblik zullen die hulpmiddelen niet meer volstaan.

Opereren is de enige oplossing

Helaas bestaat er geen behandeling of medicatie om de evolutie van cataract om te keren of te stoppen. Je raakt alleen van het probleem verlost als je je laat opereren. Dat kan in een ziekenhuis of in een privépraktijk.

Je eigen troebele lens wordt dan vervangen door een nieuwe heldere lens van synthetisch materiaal, waarvan de

chirurg de sterkte aan je oog aanpast. Een operatie is niet per se al nodig zodra de eerste symptomen de kop opsteken. Voor de meeste mensen levert het medisch geen voordeel op om de aandoening zo snel mogelijk aan te pakken.

Maar het heeft ook geen zin om het zo lang mogelijk uit te stellen. Vroeger beweerde men soms dat je moest wachten tot je met beide ogen slecht zag. Dat dateert nog van de tijd dat een oogoperatie risicovoller was en weken immobiliteit inhield. Vandaag is dat niet meer aan de orde, een cataractoperatie is een uiterst courante ingreep, met een heel hoge slaagkans. Volgens een Britse studie maakt iemand die geen andere oogaandoening had, 95 % kans om na de ingreep een zicht te hebben waarbij de meeste sociale activiteiten mogelijk zijn. Er zijn relatief weinig risico's verbonden aan de ingreep en als er zich al een

complicatie voordoet, is die zelden ernstig.

Wat wel geregeld voorkomt, is dat het lenskapsel dat de lens ondersteunt, vertroebelt en je zicht dus toch weer slechter wordt. Secundaire cataract of nastaar wordt dat genoemd. Vaak doet zich dat pas enkele maanden tot zelfs jaren na de ingreep voor. Het kan echter met de laser worden verholpen en als het eenmaal werd behandeld, komt het niet meer terug.

Elk type lens heeft voor en tegen

Laat je geen soort lens opdringen zonder te weten wat de voor- en nadelen ervan zijn. We vergelijken hier de meest courante types. Het is te vroeg om de nieuwere types te beoordelen die nog volop worden onderzocht (bv. accommoderende lenzen).

	Standaardlens	Multifocale lens	Torische lens
+	Wordt terugbetaald via het ziekenfonds.	Na de operatie kun je in principe even goed veraf als dichtbij zien en bij een degelijke verlichting kun je lezen zonder leesbril.	Bedoeld om astigmatisme te corrigeren. Dat is een afwijking van het hoornvlies waardoor het beeld wazig is en rechte lijnen als krom worden gezien.
-	In alle omstandigheden scherp zien is onmogelijk. De meesten kiezen voor een prima vertezicht, dan hebben ze na de operatie een leesbril nodig. Maar ook een prima nabijzicht kan, met een bril voor ver als aanvulling. Bij een operatie aan beide ogen is "monovision" mogelijk (het ene oog wordt ingesteld om goed ver en het andere om goed dichtbij te zien), maar niet iedereen kan hieraan wennen.	<ul style="list-style-type: none"> - Wordt niet terugbetaald via het ziekenfonds. - Kans op een minder contrastrijke waarneming en op halovorming (kleine lichtpuntjes worden grote vlekken; dat kan metertijd vanzelf beteren, en anders kan de arts pupilverkleinende druppels voorschrijven of een nieuwe lens voorstellen als het ernstig is). - Soms toch nog een leesbril nodig. 	Wordt pas vanaf een bepaalde graad van astigmatisme terugbetaald via het ziekenfonds.

> Een andere reden om een operatie niet te lang uit te stellen is dat je levenskwaliteit er daarna over het algemeen echt wel op verbetert. Zo neemt bv. het risico op valpartijen en heupbreuken af. En zonder ingreep zullen de meeste mensen ondervinden dat hun zicht almaar verder vermindert. Uiteindelijk riskeren ze blind te worden. De beslissing om te opereren neem je het best in overleg met een oogchirurg. Een goed criterium is wanneer de gezichtsstoornissen je echt belemmeren in je dagelijkse leven. Je ziet bv. niet meer genoeg om te werken of te klussen, lezen, tv kijken, naaien, kaart spelen enz. Je bent voortdurend bang om te struikelen of te vallen. Je wordt door je slechte zicht afhankelijk van anderen ...

Het is niets om bang van te zijn

“Ik mag er niet aan denken dat men aan mijn oog werkt, ik zal constant met mijn ogen knipperen.” Je zou de eerste niet zijn die zich een dergelijke verzuchting laat ontsnappen. Maar vergeet het, een ooglidspeder verhindert dat. En je wordt verdoofd. Meestal alleen lokaal, via druppels in je oog. Volledige verdoving is voorbehouden voor gevallen waarin de patiënt onvoldoende kan meewerken. Desnoods kun je een kalmeermiddel krijgen vóór de ingreep. Je zult tijdens de ingreep niet zien wat de chirurg precies doet, je zult alleen het verblindende licht van zijn apparatuur en wat beweging merken. De chirurg zal een heel kleine incisie in je oog maken waarlangs hij een

ultrasoon trillende naald inbrengt. Dat kan manueel, met behulp van een microscoop, maar ook met een computergestuurde laser. Sommigen laten uitschijnen dat het met de laser veel preciezer en veiliger is, maar het is zeker nog niet bewezen dat de slaagkansen dan groter zijn of dat er minder complicaties zijn. Hoe dan ook is het de bedoeling om je slechte ooglenzen te verpulveren. Nadat de brokstukjes werden afgezogen, blijft alleen het lenskapselzakje over. Meestal brengt de chirurg de kunstlens dan op exact dezelfde plaats als de oude natuurlijke lens in dat zakje in. Er moet geen wonde worden gehecht. Als beide ogen aangetast zijn, zal de chirurg je meestal aanraden om enige tijd tussen de twee operaties te laten verlopen. Op die manier kan men onder meer voorkomen dat er bv. ten gevolge van een infectie complicaties optreden in beide ogen.

Je zult erg snel weer goed zien

De operatie vergt doorgaans maximaal een half uur. Daarna mag je snel naar huis, je zult alleen eerst nog even rustig ter plaatse moeten blijven, om zeker te zijn dat alles in orde is. Zelf met de auto naar huis rijden is geen goed idee. Vaak vertrek je met een oogschelp. Dat harde plastic kapje belet dat je in je oog wrijft. Je moet het de eerste week na de ingreep 's nachts dragen en wanneer je rust. De dag van je operatie kun je in principe dus al weer gewoon stappen, lezen, tv kijken ... Hooguit heb je de eerste uren misschien de indruk dat alles roze kleurt. Ook kan het een tijdje aanvoelen alsof er een zandkorreltje in je oog zit. Je zult je oog moeten verzorgen met antibiotica- en ontstekingsremmende oogdruppels. Eén of twee dagen na de ingreep moet je op controle. Ook in de daaropvolgende weken moet je je ogen nog meermaals laten controleren. Meestal kan een aangepaste corrigerende bril (zwakker dan tevoren) worden voorgeschreven zodra het oog voldoende genezen is. Dat is veelal ergens tussen de één en de drie maanden na de ingreep.

Ja, ik laat me opereren!



Je bent niet alleen
In 2016 werden in ons land maar liefst

133 000

cataractoperaties uitgevoerd *

Wat de ingreep zelf, met een standaardlens,
je grosso modo uiteindelijk zal kosten



€ 212

in een ziekenhuis, indien meerpersoonskamer **



€ 1 153

in een ziekenhuis, indien eenpersoonskamer **



€ 250 - € 1 000 of meer

in een privékliniek ***



Je bent niet snel te oud

85 jaar

is zeker geen uitzondering

Bronnen: * Eurostat, ** mediaancijfer uit onderzoek van CM, *** onze eigen steekproef

Wat zal je dat kosten?

De CM voerde onlangs een grootschalig onderzoek uit bij haar leden die zich in een ziekenhuis hadden laten opereren. De helft had voor de plaatsing van een standaardlens maximaal € 212 uit eigen zak moeten betalen bij de keuze voor een meerpersoonskamer, de andere helft méér (telkens zonder het vooronderzoek en de nacontroles). In een eenpersoonskamer lag het mediaanbedrag op € 1 153, dus 50 % van de leden betaalde hooguit zoveel, de andere 50 % méér. Die zware meerprijs is te wijten aan de supplementen voor het ereloon én voor de kamer. Terwijl je die kamer niet eens te zien krijgt, normaliter mag je immers dezelfde dag naar huis ... Wij wilden echter graag weten wat zo'n ingreep je *in totaal* kost, met inbegrip van het vooronderzoek en de nacontroles. We deden daarom een telefonische steekproef. Bij de ziekenhuizen vind je op de website weliswaar steeds vaker prijzen terug, maar meestal alleen voor de operatie zelf. Aan de telefoon kwamen we bitter weinig te weten: sommige ziekenhuizen gaven wel een prijs maar ze konden of wilden niet preciseren of alles inbegrepen was; andere wilden niets zeggen (je moet langsgaan en betalen voor een consultatie ...). In de privéklinieken kregen we bedragen te horen van € 250 tot meer dan € 1 000, zonder het vooronderzoek en de nacontroles. Niet weinig dus. Maar sommige mensen blijven nu eenmaal liever weg uit een ziekenhuis. Mogelijk word je daar ook sneller geholpen, althans volgens ons eigen onderzoek uit 2013. Wel is weinig gekend over de kwaliteit van de zorg en de veiligheid doordat er in privéklinieken voorlopig geen enkele overheidscontrole wordt uitgevoerd. Ook is er, anders dan in een ziekenhuis, geen eigen ombudsdienst voor klachtenbemiddeling. Voor een *multifocale* lens moet je grosso modo op € 800 à € 1 000 extra rekenen. Dankzij een hospitalisatieverzekering kun je soms een tegemoetkoming krijgen. In bepaalde gevallen evenwel ook alleen als het een standaardlens betreft. ♥

De dag van de operatie kun je weer lezen, naar tv kijken ...

TEST aANKOOP

HAAL MEER UIT JE ABONNEMENT

Je abonnement is ook de sleutel tot een schatkamer vol diensten, databanken en speciale ledenkortingen. Maak er maximaal gebruik van.



VERMIJD SUPPLEMENTEN BIJ DE TANDARTS

Ben je zeker dat je tandarts je geen supplementen aanrekent? Check het via www.testaankoop.be/tandarts



BESPAAR IN DE APOTHEEK

Kies goedkopere alternatieven in onze InforMED-app. Download gratis de app of surf naar www.testaankoop.be/informed



NUTRI-SCORE VAN A TOT Z

Wil je graag meer weten over dit label dat je sinds kort in de winkels ziet opduiken? Neem dan zeker eens een kijkje in ons dossier op www.testaankoop.be/nutriscore



VERMINDER JE ZIEKENHUISFACTUUR

Vind de hospitalisatieverzekering die het best aansluit bij je behoeften. www.testaankoop.be/vergelijkhospitalisatieverzekering



GEEF JE KIND EEN GEZOND TUSSENDOORTJE

Wij namen niet minder dan 394 tussendoortjes onder de loep en velden op basis van hun verpakking een oordeel over hun voedingswaarde. Ontdek hun Nutri-Score op www.testaankoop.be/vergelijktussendoortje