

Sådan skal du reagere på dine øjensymptomer

Det kan være svært at afgøre, hvordan du skal reagere på øjengener, der opstår inden for få timer til dage og uger. Nogle gener er harmløse og går over af sig selv. Andre er subakutte og kræver, at en øjenlæge ser dig inden for få dage til uger, mens du ved akutte øjensymptomer skal tilses af en øjenlæge med det samme. Denne guide hjælper dig med, hvornår du skal reagere, og hvem du skal henvende dig til.



FOTO: SHUTTERSTOCK



AF

Carsten Edmund
Øjenlæge, dr.med.

FOTO: TORBEN KLINT

MEDICINSKE ILLUSTRATIONER

Mediafarm og
Liz Berry Østergaard



JENGENER, der opstår inden for timer, dage og uger kan være harmløse eller alvorlige. Derfor er det vigtigt at vide, hvornår du hurtigt skal tilses af en øjenlæge, og hvornår du kan se tiden an. Ved akutte ikke-traumatiske øjenlidelser kan man skelne mellem to tilstande; **1: Dem, der ikke kan ses på øjet** og **2: Dem, der giver rødt øje.**

I det følgende gennemgås de typiske øjenlidelser inden for de to tilstande med symptomer og vejledning til, hvordan du skal forholde dig.

Tjek altid ét øje ad gangen

Et normaltseende øje kan kompensere for et dårligt seende øje, så du opdager symptomer på nedsat syn for sent. Derfor er det vigtigt, at du jævnligt tjekker dit syn ét øje ad gangen, da du kan se godt, selvom du har nedsat syn på det ene øje.

Sådan tjekker du dit syn

1. Hold først en hånd op foran det ene øje.
2. Hold derefter en hånd op foran det andet øje.
3. Ser du lige godt med begge øjne – eller er der en forskel?

Er du i tvivl, er det altid en god idé at få tjekket dit syn hos en optiker. Hvis optikeren ikke kan hjælpe dig, skal du kontakte en øjenlæge.



1

Øjet ser normalt ud

Synstab kan opstå, selvom øjet ser normalt ud. Årsagen til synstabet kan skyldes skader på glaslegeme, nethinde og synsnerve (figur 1). I det følgende gennemgås symptomer, som enten er harmløse, eller som du skal reagere på.

✓ Harmløst

Øjenundersøgelse ikke nødvendig

SYMPTOM:

Bevægelige uklarheder

Bevægelige uklarheder, der ses klart på en ensartet lys baggrund, opstår i glaslegemet, der bliver mere flydende med alderen, men kan genere allerede fra 30-årsalderen. Fænomenet kaldes "flyvende myg" og er harmløst.

! Subakut

Øjenundersøgelse inden for få dage

SYMPTOM:

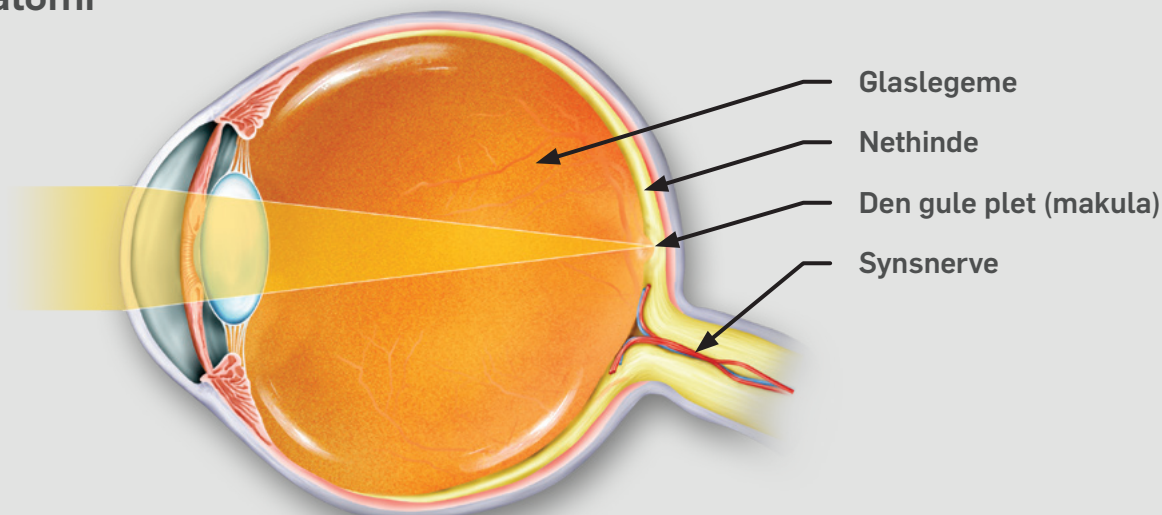
Langsomt nedsat syn

Læsesynet er lokaliseret omkring den gule plet (figur 1). Hvis du opdager, at læsesynet er blevet nedsat over en periode på uger til måneder, kan det være en brillefejl, men det kan også være **tør AMD** (alderspletter på nethinden) eller **diabetisk øjensygdom**. Endelig kan nedsat syn være første symptom på **grå stær** eller **grøn stær**.

Kontakt: Optiker subakut. Kan optikeren ikke få dig til at se, skal du kontakte en øjenlæge.

Figur 1

Øjets anatomi



! Subakut

Øjenundersøgelse inden for få dage

SYMPTOM:

Forøgelse af bevægelige uklarheder og lysglimt

Relativt pludselig forøgelse i mængden af uklarheder (figur 2A) og eventuelle lysglimt kan skyldes **glaslegemesammenfald** og kræver subakut øjenundersøgelse, fordi der i 10 til 15 pct. af tilfældene rives et hul i nethinden, der kan føre til **nethindeløsning**. Findes hullet, kan det lukkes med en laserbehandling. Udvikles der nethindeløsning, opleves dette som en tiltagende uklarhed, der ofte begynder nedad mod næsen (figur 2B). Dette kræver operation, og resultatet heraf er bedst, hvis den foretages, inden nethindeløsningen er sket ved den gule plet (figur 1).

Kontakt: Øjenlæge subakut.

SYMPTOM:

Pludselig forværring af synet

Relativt pludselig forværring af synet kan skyldes **våd AMD**, hvor der kommer udtrædning af væske og blod omkring den gule plet (figur 1). Symptomer på dette er ofte forvrænget syn med buede og bugtede linjer (figur 3).

Blodprop i øjet (nethindens årer) kan opleves som massivt synstab eller mindre defekt i synsfeltet på ét øje. Symptomerne afhænger af, hvilke blodårer der rammes. Veneblodpropper medfører udtrædning af blod og væske i nethinden.

Våd AMD og **veneblodpropper** kan behandles med indsprøjtning af medicin i øjet. Jo hurtigere man kommer i behandling, jo bedre er resultatet.

Blødning ud i glaslegemet giver også mere eller mindre synstab. Blødning kan forsvinde af sig selv eller fjernes operativt. **Synsnervebetændelse** kan også være en årsag til synstab hos især yngre. I cirka halvdelen af tilfældene skyldes dette dissemineret/multipel sklerose.

Kontakt: Øjenlæge subakut.

!!! Akut

Øjenundersøgelse hurtigst muligt

SYMPTOM:

Massivt synstab

Oplever du et pludseligt synstab på ét øje, kan det skyldes **skade på synsnerven**. Synsnerven sidder bagerst i øjet, hvor den samler alle nervetrådene fra nethinden (figur 1). Synsnerven er forsynet med små blodårer fortil, hvor den forlader øjet. Disse blodårer kan påvirkes i negativ retning. Den hyppigste påvirkning (NAAION) kender man ikke årsagen til og kan ikke behandles. Den sjældne påvirkning (AAION) optræder sammen med betændelse i tindingens arterie og kan inden for få dage brede sig til det andet øje og forårsage massivt synstab på begge øjne. AAION ledsages ofte af smerter og ømhed i tindinge- og hårregionen, tygge- og talesmerter samt hovedpine og almen utilpashed. Denne tilstand kan behandles med store doser steroid (hormon).

Kontakt: Øjenlæge akut.

Figur 2



A

Forøgelse af uklarheder



B

Tiltagende uklarhed i synsfeltet

Figur 3

Normalt syn



Hvordan kan man vide, om man har AMD?
Der skal en øjnlæge til for at finde ud af, om man har AMD. Synsnedsettelse kan have mange årsager, også hos ældre.

Forvrænget syn med buede og bugtede linjer



Hvordan kan man vide, om man har AMD?
Der skal en øjnlæge til for at finde ud af, om man har AMD. Synsnedsettelse kan have mange årsager, også hos ældre.

2

Øjet er rødt

Næsten alle mennesker oplever på et eller andet tidspunkt, at de har ét eller to røde øjne. Dette er altid et symptom på, at der er noget galt med øjet, men det kan være harmløst eller farligt.

✓ Harmløst

Øjenundersøgelse ikke nødvendig

SYMPTOM:

Blødning under slimhinden

En blødning under slimhinden er harmløs, hvis den ikke er ledsaget af andre symptomer (figur 4). Den kræver ingen behandling og går væk af sig selv inden for en til to uger.

! Subakut

Øjenundersøgelsen inden for få dage

SYMPTOM:

Rødt øje med pus, kløe eller hævelse

Den mest almindelige årsag til, at øjet er rødt, er **slimhindebetændelse** på ét eller begge øjne. Er det ledsaget af klistren, kaldes det **øjenbetændelse (konjunktivitis)** (figur 5A), og er der vandigt sekret og kløe, skyldes det ofte **allergi** (figur 5B).

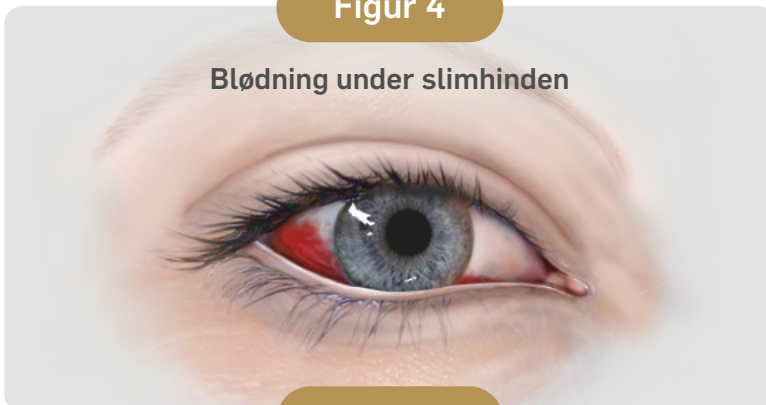
Kontakt: Egen alment praktiserende læge subakut.

Læs mere om øjenbetændelse på:

→ ojenforeningen.dk/øjenbetændelse

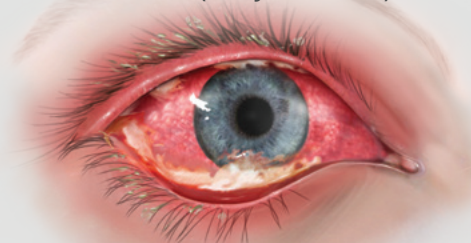
Figur 4

Blødning under slimhinden

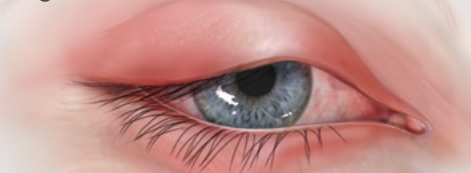


Figur 5

A Øjenbetændelse (konjunktivitis)

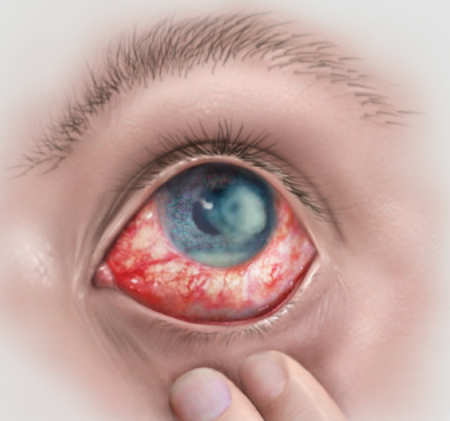


B Allergi

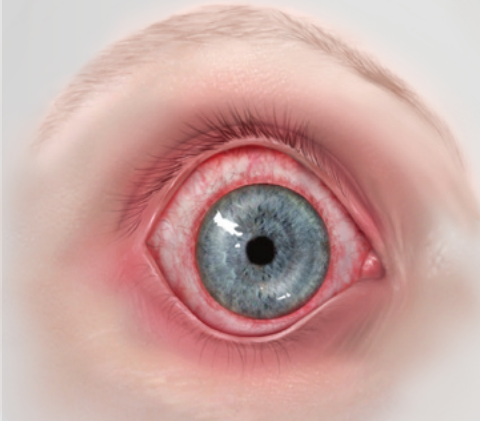


Figur 6

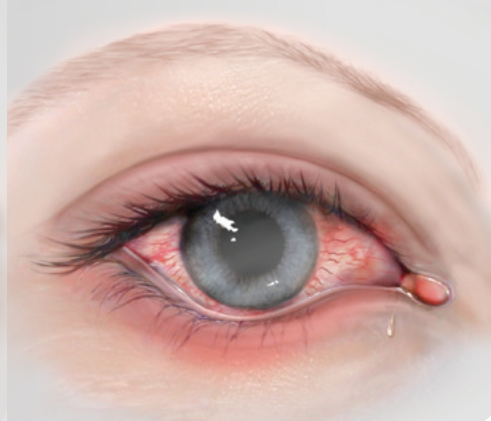
A Hornhindebetændelse



B Regnbuehindebetændelse



C Akut grøn stær



!!! Akut

Øjenundersøgelse hurtigst muligt

SYMPTOM:

Rødt øje med smerter, lysskyhed eller sløret syn

Oplever du, at øjet er blevet rødt med blandt andet smerter og lysskyhed, skal du reagere akut, da det kan være symptomer på betændelse i hornhinden eller regnbuehinden eller symptom på akut grøn stær (glaukom), der alle ubehandlede kan føre til varigt synstab.

Hornhindebetændelse (figur 6A) manifesterer sig ofte med en fornemmelse af at have et

fremmedlegeme i øjet, men ledsages hurtigt af lysskyhed, sløret syn og smerter. Betændelsen opstår som følge af en infektion med bakterier, vira eller andre mikroorganismer.

Regnbuehindebetændelse (figur 6B) kaldes også gigt i øjet og skyldes en autoimmun reaktion. Symptomerne er lysskyhed og specielt jagende smerter ved belysning. Pupillen er her lille.

Akut grøn stær (glaukom) (figur 6C) skyldes pludseligt stigende øjentryk, der udløser kraftige øjensmerter ledsaget af hovedpine, kvalme og sommetider opkastninger. Pupillen er her middelstor.

Kontakt: Øjenlæge akut. ■



Brug for subakut eller akut hjælp?

! Subakut

Subakut betyder, at du skal have en øjenundersøgelse inden for få dage. Hvis du oplever langsomt indsættende synstab, så start hos optikeren, da det kan være en brillefejl. Hvis optikeren ikke kan få dig til at se, skal du undersøges af en øjenlæge.

Find en øjenlæge her:

→ ojenforeningen.dk/find-ojenlaeger

!!! Akut

Akut betyder, at du skal have en øjenundersøgelse hurtigst muligt af en øjenlæge. Alle øjenlæger har akuttider.

Find en øjenlæge her: → ojenforeningen.dk/find-ojenlaeger

På hverdage mellem klokken 16 og 08, i weekender og på helligdage skal du henvende dig til lægevagten.

Find din regionale lægevagt her:

Region Hovedstaden Telefon 1813

Region Midtjylland Telefon 70 11 31 31

Region Nordjylland Telefon 70 15 03 00

Region Sjælland Telefon 70 15 07 00

Region Syddanmark Telefon 70 11 07 07

Dækker også Fanø

I livstruende situationer skal du altid ringe 112