

Zakkaartje Staar

1. Wat is staar?

- **Staar (cataract)** = geleidelijke vertroebeling van de ooglens doordat lenseiwitten samenklonteren.
- Meestal leeftijdsgebonden; een veelvoorkomende oorzaak van slechtziendheid bij ouderen.
- Ontstaat langzaam, vaak in beide ogen (niet altijd gelijk).
- **Enige effectieve behandeling = operatie** (troebele lens vervangen door een kunstlens). Géén druppels of medicijnen die staar genezen.

2. Symptomen

- **Geleidelijk waziger en minder scherp zien; pijnloos.**
- Slechter zien in het donker / 's nachts.
- Verblindende fel licht, koplampen of zon (strooilicht/glare).
- Kleuren vaal, soms dubbelzien met één oog, wisselende brilsterkte.
- Hinder in dagelijks functioneren: lezen, autorijden, gezichten herkennen.

3. Risicofactoren

- **Hogere leeftijd** (belangrijkste).
- Diabetes mellitus.
- Langdurig corticosteroïdgebruik.
- Roken en overmatig alcohol; veel UV-/zonlicht.
- Eerder oogtrauma, oogoperatie of oogontsteking (uveïtis). Zelden aangeboren.

4. Rol huisarts & onderzoek

- **Vraag naar aard, beloop en hinder** in het dagelijks functioneren (autorijden, lezen, werk).
- **Meet de gezichtsscherpte** (visuskaart), beide ogen apart.
- **Beoordeel de rode fundusreflex** (troebeling/donkere plekken) en sluit andere oorzaken uit.
- Diagnose en operatie-indicatie stelt de oogarts. Verwijs bij hinderlijke, onverklaarde of progressieve visusdaling.

5. Differentiaaldiagnose

- **Andere oorzaken van geleidelijke visusdaling:** maculadegeneratie (AMD), diabetische retinopathie, glaucoom, refractieafwijking, droge ogen.
- **Staar = geleidelijk en pijnloos.**
- **Let op acuut/pijnlijk/plots:** acuut glaucoom, netvliesloslating, retinale vaatafsluiting, arteriitis temporalis → spoed naar oogarts.

6. Wanneer verwijzen (indicatie)

- **Géén vaste visusgrens.** De indicatie hangt af van: cataract + gezichtsscherpte + beperking in dagelijks functioneren + de wens van de patiënt.
- Ook bij een nog redelijke visus kan opereren zinvol zijn bij veel hinder (bv. glare bij autorijden).
- Verwijs naar oogarts/optometrist voor onderzoek en samen beslissen.
- **Extra reden:** staar bemoeit controle van het achtersegment (bv. diabetische retinopathie).

7. Bij de oogarts & de operatie

- Oogarts bevestigt de diagnose, meet visus, beoordeelt het oog en berekent de lenssterkte (biometrie).
- **Operatie:** in dagbehandeling, meestal onder plaatselijke (druppel)verdoving.
- **Phaco-emulsificatie:** troebele lens via een klein sneetje verwijderd en vervangen door een kunstlens (IOL). Veilig, effectief en kosteneffectief.
- Beide ogen: apart, of soms op één dag (ISBCS) bij geschikte patiënten zonder comorbiditeit of verhoogd risico.

8. Soorten kunstlenzen (IOL)

- **Monofocaal** (standaard, vergoed): scherp op één afstand – meestal veraf; leesbril blijft vaak nodig.
- **Multifocaal:** meerdere afstanden, minder brilafhankelijk, maar meer kans op halo's/strooilicht ('premium', eigen bijdrage).
- **Torisch:** corrigeert astigmatisme (cilinder).
- Doelrefractie wordt vooraf met de patiënt afgestemd (informed consent).

9. Alarm ná de operatie

- **Endoftalmitis (infectie in het oog)** – zeldzaam maar bedreigend, meestal in de eerste dagen tot week ná de operatie:
- **toenemende pijn, rood oog, snel afnemende visus, pus/troebeling** → SPOED contact oogarts, dezelfde dag.
- Plotse visusdaling, lichtflitsen, 'roetdeeltjes' of een gordijn → netvliesloslating → spoed.
- Bij twijfel: laagdrempelig overleggen met de oogarts.

10. Voorlichting & verwachtingen

- **Doel:** scherper en beter zien; herstel meestal binnen dagen tot enkele weken.
- Na een monofocale lens is vaak nog een (lees)bril nodig; herzie de brilsterkte pas ná volledig herstel.
- Bespreek: wat als niet opereren, alternatieve lenzen en mogelijke complicaties (informed consent).
- De meeste patiënten zijn zeer tevreden: kwaliteit van leven en zelfredzaamheid verbeteren. Zie thuisarts.nl (staar).

11. Complicaties op termijn

- **Nastaar (PCO):** het achterste lenskapsel wordt troebel (maanden-jaren later); voelt als 'de staar komt terug'. Eenvoudig te behandelen met YAG-laser (poliklinisch).
- **Cystoïd macula-oedeem:** wazig zien enkele weken postoperatief.
- **Netvliesloslating:** verhoogd risico, vooral bij (hoge) myopie.
- Verder: verhoogde oogdruk, over-/ondercorrectie van de sterkte.

12. Nazorg & aandachtspunten

- **Oogdruppels na de operatie** (antibioticum + ontstekingsremmer) – check therapietrouw en juiste toediening.
- **Rijgeschiktheid:** pas rijden bij voldoende visus (CBR-eisen). Een staaroperatie verlaagt valrisico en verkeersongevallen – relevant bij ouderen/valpreventie.
- **Diabetes/AMD:** operatie vergemakkelijkt controle van het achtersegment; OCT bij maculapathologie.
- Het tweede oog volgt vaak later.