



**ZEKER ZICHT**  
OOGONDERZOEK

# STOP DE GEKMAKENDE HOOIKOORTS JEUK

4 simpele manieren om je ogen  
direct te verzachten tijdens het  
werken (Gratis E-book).



**Zeker Zicht**

Jouw Optometrist

**Mail:** [info@zekerzicht.nl](mailto:info@zekerzicht.nl)

**Tel:** 020-2101228



## BELANGRIJKE INFORMATIE VOOR JE START

In dit protocol ontvang je mijn persoonlijke stappenplan tegen hooikoortsogen. De lente is prachtig, maar die constante jeuk, rode ogen en tranen zijn een ware uitputtingsslag. Dat gaan we dit jaar anders doen!

### Jouw actiestappen voor vandaag

- ✓ **Plan je onderzoek:** Meld je aan door via onderstaande knop direct een moment in mijn praktijkagenda te claimen voor een grondig hooikoorts-ogonderzoek.

Klik hier om direct je onderzoek in te plannen



- ✓ Heb je toch nog een brandende vraag over jouw allergie voordat je naar de praktijk komt?

Dan kun je altijd eerst een [korte telefonische afspraak inplannen.](#)

- ✓ **Neem de tijd:** Lees dit protocol direct door en begin vandaag nog met het toepassen van de stappen, voordat de pollenpiek losbarst.



# WE HEBBEN AL VEEL MENSEN ZOALS JIJ GEHOLPEN OM WEER TE GENIETEN VAN DE LENTE, ZÓNDER OONGLACHTEN.



Na alle negatieve ervaringen met jeukende, gezwollen ogen vond ik bij Zeker Zicht eindelijk rust. Geen eindeloze zoektocht meer naar de juiste druppels, maar gerichte hulp op weg naar mijn doel: weer normaal kunnen fietsen.

*~ Inge Smit*



Na de zoveelste lente vol wrijven en frustratie, ben ik me eindelijk bewust geworden hoe het echt anders kan voor mijn ogen. Mijn ogen voelen zo veel rustiger!

*~ Nicolai Post*



Minder stress, meer aandacht voor hoe ik de pollen buiten de deur houd, en eindelijk medisch advies in de praktijk in plaats van een drogist-pakketje. Ik zie de lente weer zitten.

*~ Anne van der Meer*



# MIJN VERHAAL & RESULTATEN

Hee, je bent niet alleen. Ook ik als optometrist zie zodra de bomen bloeien de wachtkamer vollopen met hooikoortspatiënten. Bij veel mensen duurt het jaren voordat ze hun doel (rustige ogen in de lente) pas écht bereiken.

Ze proberen talloze middeltjes, wrijven hun ogen tot ze rood en beschadigd zijn, en sluiten zich het liefst binnen op. En erger nog: het continue ongemak en het rode, waterige uiterlijk geven ze alles behalve zelfvertrouwen op hun werk of verjaardagen.

## Mijn missie is helder

jou weer vrijuit laten genieten van het mooie weer. Bij het behandelen van allergische oogreacties kwam ik achter cruciale sleutels die zorgen voor het kalmeren van je ogen. En jij gaat die sleutels leren in dit protocol!



# WAAROM HET DE MEESTE MENSEN NIET LUKT OM VAN DIE JEUK AF TE KOMEN



Ze duiken in het wilde weg op 'anti-rode ogen' druppels bij de apotheek, die de bloedvaatjes kunstmatig afknijpen en de klachten na uitwerking juist verergeren (het rebound-effect).



De focus ligt alleen op het wegnemen van de jeuk door te wrijven. Wrijven breekt echter de 'mestcellen' in je oog open, waardoor er nóg meer histamine vrijkomt en de jeuk en zwelling exploderen.



Ze stoppen tijdelijk wat met buiten zijn, maar laten hun verstoorde traanfilm niet in de praktijk behandelen, waardoor pollen direct op het onbeschermd oogoppervlak blijven plakken.



# HOE GEBRUIK JE DIT PROTOCOL OM DUURZAAM DE LENTE DOOR TE KOMEN MET FRISSE OGEN?

## STAP 1

### Stop de Wrijf-Reflex & Koel

Jeuk is verschrikkelijk, maar wrijven maakt het erger. Pak direct een schoon, koud washandje en leg dit op je gesloten ogen. De kou vernauwt de bloedvaten en kalmeert de allergische reactie direct.

## STAP 2

### Bouw een Fysiek Schild

Draag buiten áltijd een (zonne)bril die goed aansluit. Dit klinkt simpel, maar het weert letterlijk 50% van het rondvliegende stuifmeel uit je ogen en voorkomt snelle verdamping van je traanvocht.

## STAP 3

### Was de Vijand Weg

Pollen blijven kleven in je wimpers en haar. Spoel voor het slapengaan altijd je gezicht en haar even af. Zo voorkom je dat je 's nachts de pollen over je kussen uitsmeert en in je ogen wrijft.

## STAP 4

### Spoelen in plaats van 'Bleken'

Heb je pollen in je oog? Gebruik geen heftige chemische druppels om het rood weg te halen, maar spoel het oog schoon met steriel, conserveringsmiddelvrij zoutwater (fysiologische zoutoplossing) of speciale hyalurondruppels.

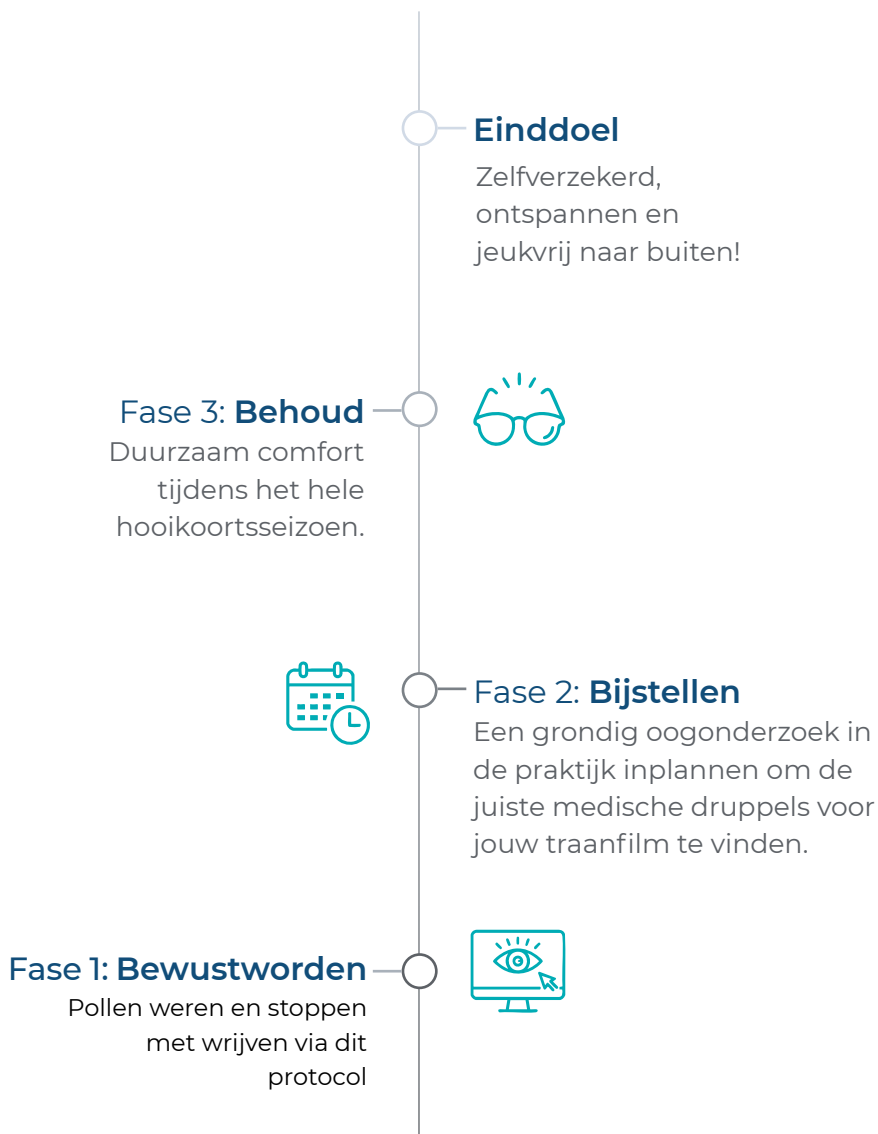
## STAP 5

### De Medische Match

Als de jeuk blijft, heb je anti-allergie druppels op maat nodig. Welke dat zijn, is afhankelijk van de gezondheid van jouw unieke traanfilm.



# MET DIT PROTOCOL CREËER JE JOUW PERSOONLIJKE STRATEGIE TEGEN DE POLLEN. ALS JE DAADWERKELIJK EEN COMFORTABEL SEIZOEN WILT BEREIKEN, MOET JE DIT PAD BEWANDELEN.



# PLAN EEN GRONDIG OOGONDERZOEK EN KRIJG DIRECT EEN KLACHTENVRJE LENTE



## Helderheid

Na dit onderzoek in de praktijk hebben we helder hoe we jouw allergische reactie medisch verantwoord en effectief kunnen remmen.



## Plan & Actie

Je weet exact welke acties jij moet nemen en welke (conserveringsmiddelvrije) oplossingen voor jouw ogen veilig zijn.



## De Zeker Zicht Strategie

Je kunt zorgeloos werken en naar buiten gaan, zonder de hele dag te hoeven knijpen en snotteren.

[Klik hier](#) om direct jouw fysieke hooikoorts-onderzoek in te plannen.

*Heb je toch eerst nog een specifieke vraag voordat je langskomt?  
[Klik dan hier](#) om een kort telefonisch adviesgesprek in te plannen.*



# BELANGRIJKSTE ACTIES!

VOOR JE VERDER GAAT:

*[Klik hier](#) om direct je onderzoek in te plannen via de agenda-link in dit document. De lente wacht niet!*

- ✔ Zet de startdatum van onze afspraak groot in je agenda.
- ✔ Stop vanaf vandaag met het wrijven in je ogen.
- ✔ Kom je er niet uit of heb je vooraf vragen over je allergie? Boek dan eerst even een kort belmoment.

## TOT SNEL!

**Tel:** 020-2101228

**Mail:** [info@zekerzicht.nl](mailto:info@zekerzicht.nl)

**Zeker Zicht**

Jouw Optometrist

