



juli 2026

Øjentørhedstest (Schirmers test) og spytttest (sialometri)

Patientinformation

Formålet med undersøgelsen

At undersøge mængden af både spyt- og tåreproduktion med henblik på at afklare, om du har Sjøgrens syndrom.

Hvad er Sjøgrens syndrom

Sjøgrens syndrom er en varig gigtlidelse, som påvirker kroppens kirtelfunktioner, især tåre- og spytkirtler, hvilket opleves som øjen- og mundtørhed.

Sjøgrens syndrom kan forekomme hos patienter med leddegigt eller andre autoimmune sygdomme og kaldes da sekundært Sjøgrens syndrom.

Hvordan foregår undersøgelserne

Øjentørhedstest (Schirmers test):

1. Forberedelse: Du må ikke bruge nogen form for sminke før undersøgelsen og du må ikke have kontaktlinser på.
2. Undersøgelsen: Sygeplejersken bøjer en 35 mm lang trækpapirstrimmel ind over det nederste øjenlåg, hvorefter du kniber øjet let sammen. Strimlen suger nu tårevæsken op, og efter 5 minutter måler sygeplejersken, hvor langt det fugtede stykke er. Undersøgelsen kan være lidt ubehagelig, men gør ikke ondt.

Spytttest (sialometri):



juli 2026

1. Forberedelse: Du må ikke spise, drikke, tygge tyggegummi, ryge eller børste tænder 1 time før undersøgelsen.
2. Undersøgelsen: Du får et bæger og skal i 15 min opsamle hele spytproduktionen her i. Efterfølgende måler sygeplejersken mængden af spyt i bægeret.

Resultat

Er det fugtede stykke på trækpapirstrimlen længere end 5mm er det normalt.

Er spytproduktionen over 1 ½ ml på 15 min, er det normalt. Undersøgelserne er dog ikke sikre nok til, at diagnosen Sjøgrens syndrom kan baseres på dem alene.

Gode råd ved mundtørhed og øjentørhed

Når du lider af mundtørhed, er det vigtigt, at du får drukket nok vand i løbet af dagen (ca. 2 liter)

Undgå at drikke for meget kaffe og te og alkohol som kan forværre mundtørheden.

På grund af den øgede risiko for huller i tænderne ved lavspytsekretion, er det godt at undgå sukkerholdige fødevarer og søde læskedrikke.

Tobak, stærk krydret mad og syrlig mad kan forværre dine gener i munden.

Vær opmærksom på, at visse typer medicin kan forværre mundtørheden.

Du kan bruge sukkerfrit tyggegummi og sukkerfri pastiller til at stimulere spytsekretionen. Du kan købe spyterstatningsmidler som spray, væske eller gel på apoteket.

Øjentørhed kan forværres af visse typer af medicin samt røg og træk.

Hyppig drypning af øjnene med kunstig tårevæske kan reducere øjentørhed. Kunstig tårevæske kan købes uden recept på apoteket.