

Die 13 größten Gefahren für Ihre Augen

... erklärt von Augenarzt Prof. Dr. Alireza Mirshahi aus Bonn



Die Netzhaut kann sich ablösen, den schützenden Lidern droht Krebs und in den Augenvenen kann es zu einer Thrombose kommen – unsere Augen sind tagtäglich vielen Gefahren ausgesetzt. Vielen können Sie aber aktiv vorbeugen!

Foto: jayzynism - Fotolia

- Von NICOLE GAST

Es gibt Körperregionen, über die wir nur selten nachdenken – etwa unsere Augen oder unsere Lunge. Wir hoffen einfach, dass sie ihre Funktion aufrechterhalten und uns nie Probleme machen. Aber: Auch sie sind verwundbar und durchaus anfällig für Keime, Krankheiten oder äußerliche Einwirkungen.

In der Medizin-Serie bei BILD geht es um die 13 häufigsten Krankheiten der Augen, Muskeln, Lunge, Haut und des Mundes – und wie Sie diese erkennen, behandeln und ihnen vorbeugen können.

HEUTE: DIE AUGEN

Unsere Augen sind die Stars unseres Gesichts – sie geben Aufschluss darüber, ob wir gerade Freude oder Trauer empfinden, wach oder müde sind, flirten oder sauer sind. Doch sie sind auch verletzlich, können z.B. selbst den Star bekommen, den grauen und den grünen. Die Netzhaut kann sich ablösen, den schützenden Lidern droht Krebs und in den Augenvenen kann es zu einer Thrombose kommen, erklärt Prof. Dr. Alireza Mirshahi, Ärztlicher Direktor der Augenklinik Dardenne in Bonn Bad-Godesberg.

Die 13 schlimmsten Dinge, die Ihren Augen passieren können – BILD klärt auf.

1. Grüner Star



Prof. Dr. Alireza Mirshahi, Ärztlicher Direktor der Augenklinik Dardenne in Bonn Bad-Godesberg
Foto: Augenklinik Dardenne

Wie entsteht er? Durch einen individuell zu hohen Augeninnendruck sterben Sehnervenfasern ab. In der Folge entstehen Sehfelddefekte bis hin zur Erblindung.

Wie erkenne ich ihn? Tückischerweise bleibt der Grüne Star lange unbemerkt. Man bemerkt die ersten Symptome, nachdem bereits ca. 95 Prozent der Sehnervenzellen abgestorben sind. Betroffene sehen häufig schlechter in der Dämmerung und Dunkelheit.

Wie behandle ich ihn? Anfangsstadien können durch Augentropfen behandelt werden, einige Fälle benötigen einen Lasereingriff oder eine Operation.

Wie kann ich vorbeugen? Die Vorsorgeuntersuchung beim Augenarzt ist ab dem 40. Lebensjahr empfohlen.

2. Grauer Star

Wie entsteht er? Die Augenlinse wird durch Alterung oder sonstige Einwirkungen trüb.

Wie erkenne ich ihn? Die Sehkraft lässt nach, das Lesen wird anstrengender und häufig wird man auch blendempfindlich.

Wie behandle ich ihn? In einer (meist ambulant durchgeführten) Operation wird die getrübbte Augenlinse gegen eine klare Kunstlinse ausgetauscht.

Wie kann ich vorbeugen? Gar nicht – die Eintrübung der Augenlinse gehört zum Altwerden dazu.

3. Makuladegeneration

Wie entsteht sie? Die Sehzellen im Bereich der Stelle des schärfsten Sehens (sog. Makula) sterben ab. Der häufigste Grund dafür: das Altern. Aber auch genetische Faktoren spielen eine Rolle.

Wie erkenne ich sie? Das Lesen fällt zunehmend schwerer. Man sieht gerade Linien mit dem betroffenen Auge wellig (sog. Verzerrtsehen). Im fortgeschrittenen Stadium ist Lesen nicht mehr möglich, aber die Orientierung im Raum durchaus.

Wie behandle ich sie? Die feuchte Form der Makuladegeneration kann durch Injektionen in das Auge behandelt werden. Die trockene Form ist derzeit (noch) nicht behandelbar.

Wie kann ich vorbeugen? Durch vitaminreiche Ernährung, gute Blutdruckeinstellung, Sonnenschutz und Vorsorgeuntersuchung beim Augenarzt. Und: Rauchen aufgeben!

4. Netzhautablösung

Wie entsteht sie? Durch Risse der Netzhaut gelangt Flüssigkeit unter diese und löst sie von der Grundlage ab.

Wie erkenne ich sie? Erst Symptome sind häufig Blitze und sog. „schwarzer Rußregen“. Im weiteren Verlauf entstehen rasche Sehfelddefekte und schließlich lässt die zentrale Sehkraft deutlich nach.

Wie behandle ich sie? Frühstadien können durch einen Lasereingriff geheilt werden. Ist die Netzhautablösung fortgeschritten, hilft nur noch eine Operation in einer spezialisierten Augenklinik.

Wie kann ich vorbeugen? Gar nicht. Beim Auftreten von Beschwerden, die auf eine Netzhautablösung hindeuten, sollten Sie rasch augenärztlichen Rat aufsuchen.

5. Verblitzung

Wie entsteht sie? Die Hornhautzellen auf der Oberfläche des Auges werden durch UV-Strahlen (Schweißen, Sonne) beschädigt.

Wie erkenne ich sie? Typischerweise entstehen starke Schmerzen an beiden Augen ca. 6 – 8 Stunden nach dem Schweißen ohne Augenschutz oder nach langen Skitagen ohne ausreichenden Sonnenschutz

Wie behandle ich sie? Die Verblitzung heilt in der Regel ohne bleibende Schäden ab. Hilfreich sind Heilsalben für die Augen und Schmerzmittel.

Wie kann ich vorbeugen? Beim Schweißen, Skifahren, Solarium und Sonnenbaden auf ausreichenden Augenschutz (z. B. entsprechende Sonnenbrillen) achten.

6. Diabetische Netzhauterkrankung

Wie entsteht sie? Hohe Blutzuckerwerte schädigen die Zellen der Augengefäße. Folge: Blutungen und Ödembildungen (Gewebeschwellung), vor allem in der Netzhaut.

Wie erkenne ich sie? Anfangsstadien verursachen keine Beschwerden. Im fortgeschrittenen Stadium kann es zu einer plötzlichen Sehverschlechterung durch eine Blutung in den Glaskörper kommen. Manchmal führt die Ödembildung in der Netzhaut zu Verzerrtsehen, d.h. man sieht gerade Linien wellig.

Wie behandle ich sie? Frühstadien können durch eine Lasertherapie und Medikamentengabe in das Auge behandelt werden. Wenn es zu einer großen Blutung in den Glaskörper kommt, hilft häufig eine Operation in einer spezialisierten Augenklinik.

Wie kann ich vorbeugen? Gute Blutzucker- und Blutdruckeinstellung sind die beste Vorbeugung gegen die diabetische Netzhauterkrankung. Diabetiker sollen unbedingt die Vorsorgeuntersuchungen beim Augenarzt regelmäßig wahrnehmen.

7. Thrombose der Augenvenen

Wie entsteht sie? Ein Blutpfropfen (oder eine sonstige Ursache) verhindert den Rückfluss des Blutes in den Venen der Netzhaut.

Wie erkenne ich sie? Wenn die Hauptvene betroffen ist, kommt es zu einer zügigen, allgemeinen Sehverschlechterung des betroffenen Auges. Sind nur kleine Venen betroffen, ist die Sehverschlechterung weniger ausgeprägt.

Wie behandle ich sie? Durch Medikamenteninjektionen in das Augeninnere und evtl. eine Lasertherapie lassen sich heutzutage die meisten Augenthrombosen gut behandeln.

Wie kann ich vorbeugen? Auf ausreichende Trinkmenge achten, insbesondere an heißen Tagen. Gute Blutdruck- und Blutzuckereinstellung (falls Sie an Bluthochdruck oder Diabetes leiden).

8. Weißer Hautkrebs der Lider

Wie entsteht er? Die UV-Strahlen der Sonne schädigen die Hautzellen im Bereich der Lider. In der Folge kann – häufig viele Jahre später – der sog. weiße Hautkrebsentstehen.

Wie erkenne ich ihn? „Knötchen“ oder lange bestehende Rötungen im Bereich des Lidrandes, Wimpernverlust oder ein nicht heilendes „Gerstenkorn“. Die Partnerin / der Partner erkennt die Erkrankung häufig zuerst.

Wie behandle ich ihn? Ist die Diagnose gestellt, muss die betroffene Stelle ausgeschnitten werden. Allerdings ist die Operation an Augenlidern sehr anspruchsvoll, weil das Gewebe nur begrenzt verfügbar ist und die Augen kosmetisch eine besondere Rolle für die Patienten spielen. Zum Glück gibt es beim weißen Hautkrebs nur sehr selten Tochtergeschwülste.

Wie kann ich vorbeugen? Insbesondere bei hellen Hauttypen muss auf ausreichenden Sonnenschutz geachtet werden. Kinder und Jugendliche vor dem

Sonnen gut eincremen. Da die Lidränder nicht durch Sonnencreme geschützt werden können, ist allgemein eine Zurückhaltung beim Sonnen empfohlen. Im Solarium unbedingt die Schutzbrille tragen.

9. Trockene und müde Augen

Wie entstehen sie? Entweder wird zu wenig Tränenflüssigkeit produziert oder die Zusammensetzung der vorhandenen Tränen ist verändert. Dadurch ist die Augenoberfläche nicht ausreichend befeuchtet.

Wie erkenne ich sie? Die Augen fühlen sich müde an, man bekommt ein Fremdkörpergefühl oder es entsteht ein überschießendes Tränenlaufen. Häufig sehen Betroffene verschwommen, wobei das Sehen durch vermehrtes Blinzeln wieder besser wird. Klimaanlage verschlimmern die Symptome. Auch bei langer Bildschirmarbeit können die Beschwerden vermehrt auftreten.

Wie behandle ich sie? Häufiger Blinzeln, die Stärke der getragenen Brille überprüfen. Ansonsten helfen sog. künstliche Tränen, die in der Apotheke erhältlich sind.

Wie kann ich vorbeugen? In trockenen Räumen Luftbefeuchter benutzen, bei der Bildschirmarbeit häufiger eine kurze Pause einlegen und in die Ferne schauen, im Flugzeug (trockene Luft) Tränenersatzmittel benutzen und auf ausreichende Trinkmenge achten.

10. Stumpfes Trauma

Wie entsteht es? Durch Aufprall von harten Gegenständen auf das Auge (z.B. Sektkorken, Squash-Verletzung) kommt es zu einer deutlichen Verformung und Verletzung des Augapfels.

Wie erkenne ich es? Durch starke Schmerzen und eine Sehverschlechterung.

Wie behandle ich es? Die Behandlung ist individuell und abhängig von Schweregrad. Gehen Sie sofort zum Augenarzt, dieser entscheidet dann über die weitere Behandlung. Insbesondere Squash-Verletzungen führen häufig zu bleibenden Sehschäden!

Wie kann ich vorbeugen? Unbedingt auf geeigneten Augenschutz beim Squash-Spielen achten. Sektflaschen beim Öffnen immer vom Körper weg halten.

11. Bindehautentzündung

Wie entsteht sie? Eine Bindehautentzündung kann durch Bakterien, Viren oder durch reizende Materialien, die ins Auge kommen, entstehen. Am häufigsten sind jedoch die viralen Entzündungen.

Wie erkenne ich sie? Das betroffene Auge ist gerötet, manchmal sogar eitrig. Je nach Ursache entstehen eine Fremdkörpergefühl und eine Lidschwellung.

Wie behandle ich sie? Das ist ursachenabhängig, in der Regel verschreibt der Augenarzt Augentropfen. Bakterielle Infektionen werden mit antibiotischen Augentropfen behandelt.

Wie kann ich vorbeugen? Insbesondere die viralen Entzündungen sind ansteckend. Ist jemand in der Familie betroffen, müssen strenge hygienische Maßnahmen – wie getrennte Handtücher und häufiges Händewaschen – eingehalten werden. Eine besonders gefährliche Variante der Bindehautentzündung, die sog. „Conjunctivitis epidemica“, ist bei Augenärzten sehr gefürchtet: sie ist sehr ansteckend, führt häufig zu Narbenbildungen in der Hornhaut und dadurch zu langwierigen Sehverschlechterungen.

12. Schielen bei Kindern

Wie entsteht es? Das ist nicht abschließend erforscht, häufig werden genetische Ursachen dafür verantwortlich gemacht.

Wie erkenne ich es? Das betroffene Kind schaut nicht parallel, eines der Augen driftet nach innen oder außen ab. Am besten erkennt man das auf Bildern, die mit einem Blitz aufgenommen wurden: Fehlt auf einem Auge der Lichtreflex, kann das ein Hinweis auf eine Schielstellung sein.

Wie behandle ich es? Manchmal hilft schon die richtige Brille. Häufig muss das nicht schielende Auge einige Stunden über den Tag abgeklebt werden, damit das schielende Auge „trainiert“ wird. Das Schielen kann durch eine Augenmuskeloperation geheilt werden, allerdings ist die Operation meistens nicht sofort erforderlich und wird vor der Einschulung des Kindes durchgeführt.

Wie kann ich vorbeugen? Gar nicht. Allerdings muss ein neu aufgetretenes Schielen kurzfristig augenärztlich abgeklärt und behandelt werden. Besonders gut geeignet sind Augenärzte mit einer sogenannten „Sehschule“.

13. Netzhautschaden

Wie entsteht er? Starkes Sonnenlicht – oder auch Laser – können die Netzhaut schädigen. Das Sonnenlicht wird durch die optischen Strukturen des Auges (Hornhaut und Linse) auf einem Punkt fokussiert. Die fokussierte Energie beschädigt die sensiblen Strukturen der Netzhautmitte. Die Stärke des Sonnenlichtes lässt sich anhand folgenden Experiments verdeutlichen: bündelt man mittels einer Lupe Sonnenstrahlen, kann man Papier entzünden.

Wie erkenne ich ihn? Die Sehkraft lässt unmittelbar nach, wenn man zu lange in die Sonne geschaut hat (z. B. während einer Sonnenfinsternis), oder wenn man direkt in starke Laserquellen geblickt hat.

Wie behandle ich ihn? Eine spezifische Therapie gibt es leider nicht. Leichte Schäden der Netzhaut heilen ohne bleibende Schäden, bei schweren Fällen droht eine bleibende Sehminderung.

Wie kann ich vorbeugen? Beim Betrachten einer Sonnenfinsternis unbedingt eine geeignete Schutzbrille tragen. Nie direkt in die Sonne oder den Laserpointer schauen!