

Diagnose trockener Augen

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

Ihr Arzt hat bei Ihnen trockene Augen diagnostiziert. Jetzt brauchen Sie möglicherweise eine Therapie. Wahrscheinlich gehen Ihnen auch einige Fragen durch den Kopf. Wir geben Ihnen hier Antworten, was trockene Augen eigentlich sind, mit welchen Beschwerden sie sich äußern können, wie häufig sie sind, wie es dazu kommt und welche Faktoren sie begünstigen.

Was sind trockene Augen?

Charakteristisch ist, dass entweder zu wenig Tränen gebildet werden oder dass deren Zusammensetzung nicht mehr stimmt. Die Fehlleistung geht entweder von den Tränenrüsen aus, die den wässrigen Bestandteil bilden, von den Drüsen des Lidrands, die Fettstoffe beisteuern, oder aber von den Zellen in der Bindehaut, die den Schleim produzieren. Folge der Störung ist, dass die Tränen zu schnell verdunsten oder über die Lidkante ablaufen. Dadurch reißt der benetzende Film, der durch den Lidschlag immer wieder – ungefähr 13500 Mal am Tag – neu aufgebaut wird, nach kurzer Zeit wieder ein. Ein intakter Feuchtigkeitsfilm aber ist wichtig für eine glatte Augenoberfläche, denn das gewährleistet scharfes Sehen, und für die Versorgung der Hornhaut. Die Tränen spülen außerdem Fremdkörper aus dem Auge und wirken durch das Eiweiß Lysozym desinfizierend.

Wie macht sich die mangelhafte Benetzung bemerkbar?

Typische Beschwerden sind Fremdkörpergefühl („Es reibt

wie Sandkörner oder Schmirgelpapier“), Lichtscheu, müde Augen, geschwollene Lider oder Brennen. Manchen laufen aber auch vermehrt die Tränen aus den Augen, zumal bei Sonne und Wind. Erklären lässt sich das Paradox des feuchten trockenen Auges damit, dass die Hornhaut auf die Austrocknung mit einer Reizsekretion reagiert.

Frauen und Diabetiker sind besonders anfällig.

Wie häufig kommen trockene Augen vor?

Mit Ihrem Problem stehen Sie nicht allein da: In Deutschland haben Schätzungen zufolge etwa zwölf Prozent der Erwachsenen ein mehr oder minder starkes Trockenheits- oder Druckgefühl der Augen, insgesamt sind das acht bis zehn Millionen Menschen. Nach Sehschwächen gehört das trockene Auge zu den zweithäufigsten Beschwerden in der Praxis des Augenarztes.

Wodurch werden die Symptome ausgelöst?

Begünstigt wird die Trockenheit der Augen durch den modernen Lebensstil in Beruf und Freizeit. Ganz oben auf der Liste rangiert Arbeit am Bildschirm, die in Deutschland über 20 Millionen Erwerbstätige verrichten. Die Amerikaner haben für die da-

durch ausgelösten Augenbeschwerden den Begriff „Office Eye Syndrome“ geprägt. Eine Ursache besteht darin, dass der Monitor Staub anzieht, so dass elektrostatische Teilchen die Augen reizen. Weiterhin sinkt durch das Starren auf den Monitor die Blinzelfrequenz. Und obendrein sind die Augen dabei weit geöffnet, so dass die Oberfläche groß und die Verdunstung folglich erhöht ist.

Als weitere Auslöser für trockene Augen gelten Heizungen und Klimaanlage in Räumen und Autos, denn sie senken die Luftfeuchtigkeit. Auch Abgase und Zigarettenrauch strapazieren die Augen. Im Sommer kommen hohe Ozonwerte, Wind, Sonne oder Baden in gechlortem Wasser hinzu. Ein zusätzlicher Faktor sind Kontaktlinsen: Darunter erwärmt sich die Augenoberfläche, was die Verdunstung beschleunigt.

Wer ist besonders anfällig?

Gehäuft kommen trockene Augen bei älteren Menschen vor, denn die Tränenproduktion lässt ab etwa 40 Jahren nach. Anfällig sind durch Hormonumstellungen in Schwangerschaft und Menopause außerdem Frauen. Manche Medikamente und Erkrankungen wie Diabetes oder Schilddrüsenstörungen können trockene Augen fördern. Auch bei Glaukompatienten ist die Tränenproduktion erniedrigt, mehr als die Hälfte hat trockene Augen. Eine weitere Gruppe sind Kontaktlinsenträger.