

Trockene Augen

Definition

Trockene Augen können ein Symptom sein, das verschiedene Ursachen haben kann. Als "Trockenes-Augen-Syndrom" (auch: Sicca-Syndrom) bezeichnen wir aber auch eine Benetzungsstörung der Augen. Das heisst, dass die Augen **nicht ausreichend befeuchtet werden** und sich deshalb trocken anfühlen. Dieses unangenehme Gefühl geht mit verschiedenen Beschwerden wie **Juckreiz** oder einem **Fremdkörpergefühl** einher, die das Wohlbefinden und alltägliche Leben erheblich beeinträchtigen können.

Das Trockene-Augen-Syndrom ist weit verbreitet und gehört zu den **häufigsten Augenerkrankungen**. Ungefähr **jeder fünfte Patient**, der wegen anhaltender Beschwerden einen Augenarzt aufsucht, leidet darunter, wobei Frauen häufiger betroffen sind als Männer. Trockene Augen treten **gehäuft im Alter von 40 bis 50 Jahren auf** und betreffen meistens beide Augen. Es gibt aber auch Patienten, bei denen nur ein Auge trocken ist.

Symptome / Beschwerden

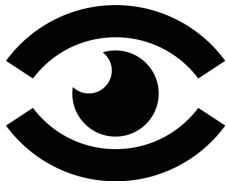
Trockene Augen können sich auf sehr unterschiedliche Weise äussern. Typische Symptome bzw. Beschwerden sind:

- gerötete Augen
- juckendes, brennendes oder Fremdkörpergefühl in den Augen
- Druckgefühl oder Schmerzen in den Augen
- müde Augen
- angeschwollene Augenlider
- verstärkter Tränenfluss
- Schleimabsonderung
- Lichtempfindlichkeit
- Sehstörungen (z. B. nebliges oder verschwommenes Sehen)

Diese Beschwerden können verschiedene Ursachen haben und sich - je nach Verlauf - verschlimmern und/oder zu Komplikationen führen. Deshalb ist es wichtig, bei den genannten Symptomen **zeitnah einen Augenarzt zu kontaktieren**. Vereinbaren Sie hierzu einfach einen Termin in unserer Augenklinik und lassen sich untersuchen, um der Ursache für Ihre Beschwerden auf den Grund zu gehen.

Mögliche Komplikationen

Bei einem schweren Verlauf des Sicca-Syndroms kann es zu Komplikationen kommen. Bei den betroffenen Patienten tritt eine **Hornhautentzündung (Keratitis)** auf, es kommt zu einem **Abbau des Hornhautgewebes** oder einem **Durchbruch der Hornhaut**. Diese Fälle sind jedoch sehr selten. Allerdings kann auch das Sicca-Syndrom selbst eine Komplikation einer anderen (Grund-)Erkrankung wie dem Stevens-Johnson-Syndrom darstellen oder die Folge eines chirurgischen Eingriffs wie einer LASIK-Operation sein. Deshalb ist eine gründliche Diagnose mit Betrachtung der Vorgeschichte von besonderer Bedeutung.



Welche Ursachen haben trockene Augen?

Gesunde Augen werden durch die Augenflüssigkeit (auch Tränenfilm genannt) ständig befeuchtet. Dieser Film ist keine homogene Flüssigkeit, sondern besteht aus drei Schichten, die unterschiedlich zusammengesetzt sind: Bei der innersten sogenannten Muzinschicht handelt es sich um eine Schleimschicht. Die mittlere Schicht ist von eher wässriger Konsistenz und enthält viele Antikörper und andere Substanzen, die der Keimabwehr dienen. Ganz aussen befindet sich eine von Talg- und Schweissdrüsen produzierte Fettschicht. Alle diese Schichten sind wichtig, um die Horn- und Bindehaut mit Feuchtigkeit zu versorgen und vor dem Eindringen von Krankheitserregern zu schützen. Wenn jedoch ihre **Zusammensetzung nicht stimmt**, können sie diese Aufgabe nicht mehr erfüllen und die Augen trocknen aus.

Auch **bestimmte Erkrankungen** können trockene Augen verursachen. Sie sind beispielsweise ein typisches Symptom für **Lidrandentzündungen (Blepharitis)**. Aber auch bei Erkrankungen der Meibom- oder Tränendrüsen und einer Autoimmunerkrankung namens Sjögren-Syndrom leiden die Patienten häufig unter trockenen Augen.

Darüber hinaus gibt es noch **weitere Faktoren**, die trockene Augen verursachen oder die Symptome verstärken können. Hierzu gehören unter anderem:

- Zugluft
- schlecht sitzende Kontaktlinsen
- trockene Raumluft (durch Heizung oder Klimaanlage)
- Autoabgase, Tabakrauch
- bestimmte Medikamente (z. B. Beta-Blocker, Androgen-Hemmer, Anti-Baby-Pille)
- bestimmte Erkrankungen (z. B. Diabetes mellitus, Schilddrüsenerkrankungen, Rheuma, entzündliche Gefässerkrankungen, Bindehautentzündung, Virusinfektionen)

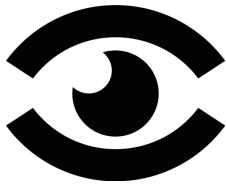
Die Beschwerden nehmen in der Regel auch bei bestimmten Tätigkeiten zu, bei denen das Auge weniger befeuchtet wird. So werden beispielsweise beim Lesen oder der **längeren Arbeit vor dem Bildschirm** unsere Augen trockener. Grund: In diesen Situationen blinzeln wir weniger, sodass die Tränenflüssigkeit nicht mehr regelmässig über der Augenoberfläche verteilt wird.

Für eine optimale Behandlung ist es unerlässlich, die Ursache der Beschwerden zu kennen. Hierzu führen wir in unserer Augenklinik eine umfangreiche und zielgerichtete Diagnostik durch.

Wie stellt der Arzt die Diagnose?

Wenn Patienten zu uns kommen und über trockene Augen klagen, überprüfen wir zunächst ihre **Tränenproduktion**. Hierfür eignet sich zum Beispiel der sogenannte **Schirmer-Test**, bei dem wir etwas Filterpapier in das Unterlid klemmen und nach 5 Minuten die Feuchtigkeit des Streifens kontrollieren. Ein kaum angefeuchteter Streifen deutet auf eine verringerte Tränenproduktion und trockene Augen hin.

Daneben untersuchen wir die Oberflächenbeschaffenheit der Binde- und Hornhaut. Hierzu nutzen wir **Fluorescein** als Färbemittel, welches sich an defekten Stellen anreichert.



Eine weitere Untersuchung betrifft die Stabilität des Tränenfilms, die mit Hilfe der sogenannten Tränenfilmaufreisszeit ermittelt wird. Bei diesem Verfahren messen wir, wie lange es dauert, bis nach einem Blinzeln die ersten Stellen im Auge trocken werden. Eine sehr kurze Tränenfilmaufreisszeit kann ein Hinweis auf ein **Sicca-Syndrom** sein.

Behandlungsmöglichkeiten / Therapien

Für die Behandlung trockener Augen stehen - in Abhängigkeit von der Ursache der Beschwerden - verschiedene Therapieansätze zur Verfügung. In den meisten Fällen besteht die Behandlung im Wesentlichen darin, die Augen durch Tränenersatzmittel zu befeuchten. Je nach Ursache und Schwere der Erkrankung sind hierfür andere Mittel bzw. Methoden geeignet. In vielen Fällen erzielt die Anwendung von **Augentropfen** bereits gute Erfolge. Diese können bei Bedarf mit entzündungshemmenden Medikamenten wie **Antibiotika** oder **Cortison** kombiniert werden.

Bei schwereren Fällen kann es nötig sein, ein **spezielles Augengel** anzuwenden und in Einzelfällen ist ein **chirurgischer Eingriff** vonnöten, um die Ursache der Augentrockenheit zu beseitigen. Dieser kann zum Beispiel darin bestehen, die Tränenabflusskanälchen zu verschliessen oder zu veröden.

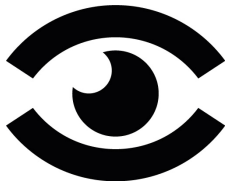
(Wie) Kann man trockenen Augen vorbeugen?

Durch bestimmte Verhaltensweisen lassen sich trockene Augen bis zu einem gewissen Grad vorbeugen, jedoch nicht immer völlig ausschliessen. Wir empfehlen Ihnen:

1. Falls die trockenen Augen zu den Symptomen einer bestimmten Erkrankung gehören: Lassen Sie diese Erkrankung frühzeitig, umfänglich und nachhaltig behandeln, sodass gar nicht erst alle Symptome in Erscheinung oder erneut treten.
2. Falls Sie regelmässig Medikamente einnehmen, die trockene Augen als unerwünschte Nebenwirkung zeigen, sprechen Sie mit Ihrem Augenarzt / uns und informieren Sie ihn / uns über Ihre Beschwerden. Oft gibt es Alternativen, die wir Ihnen empfehlen können.
3. Verhalten Sie sich "augenschonend": Verzichten Sie auf Kontaktlinsen, wenn Sie diese nicht gut vertragen. Sorgen Sie für eine angemessene Luftfeuchtigkeit in Innenräumen und meiden Sie Zugluft und Tabakrauch. Lüften Sie regelmässig. Vermeiden Sie es, lange am Bildschirm zu arbeiten. Wenn das nicht möglich ist, versuchen Sie sich anzugewöhnen, bewusst regelmässig zu blinzeln. Das hält die Augen feucht und verhindert trockene Augen.

Fazit

Trockene Augen sind weit verbreitet und können ganz unterschiedliche Ursachen haben. Die Betroffenen haben oft gerötete Augen und nehmen ein Fremdkörpergefühl im Auge wahr, was im Alltag sehr belastend sein kann. Dieses Gefühl resultiert aus einer verringerten Tränenproduktion oder durch eine gestörte Zusammensetzung des Tränenfilms, mit dem das Auge durch das Blinzeln feucht gehalten wird. Angesichts der Vielfalt der möglichen Ursachen ist eine sorgfältige Diagnostik bei trockenen Augen unerlässlich. Sie ist Voraussetzung für die Auswahl der optimalen Behandlung und für ein zufriedenstellendes



Augenklinik Teufen
Gremmstrasse 17, CH-9053 Teufen
Telefon: 071 335 85 85
Fax: 071 335 85 35
info@augenlinik-teufen.ch
www.augenlinik-teufen.ch

Behandlungsergebnis.

Wenn auch Sie unter trockenen Augen leiden und dies als sehr belastend empfinden, zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren! Vereinbaren Sie einfach einen Termin in unserer Augenklinik und lassen Sie sich von unseren Experten untersuchen und beraten.