



Beratungswissen

Trockenes Auge und künstliche Träne

Eine ausreichende Produktion von Tränenflüssigkeit in der richtigen Zusammensetzung ist für die Funktionsfähigkeit des Auges von großer Bedeutung. Die Tränen schützen Binde- und Hornhaut zudem vor Austrocknung und schwemmen Schmutzteilchen heraus. Durch bakterizide Bestandteile (z. B. Lysozym) ist der Tränenfilm auch wichtig für den Schutz vor Infektionen.

Gerade in der Heizperiode leiden viele Menschen an „trockenen Augen“. Andere haben das ganze Jahr über mit dem Problem zu kämpfen – vor allem Menschen, die täglich langdauernd am Computerbildschirm arbeiten, sind gefährdet. Denn der konzentrierte Blick auf den Monitor verringert die Häufigkeit des Lidschlags.

schwellene Lider und Schmerzen. Manchmal tränen die Augen auch verstärkt. Allerdings ist die Zusammensetzung der Tränenflüssigkeit verändert, so dass dies nicht zu einer Linderung der Beschwerden führt.

Frauen sind öfter von trockenen Augen betroffen als Männer, was auf hormonelle Veränderungen

während des Monatszyklus zurückgeführt wird. Auch einige Arzneistoffe können bei langdauernder Einnahme zu trockenen Augen führen, beispielsweise hormonelle Kontrazeptiva, Benzodiazepine, Betablocker, trizyklische Antidepressiva, Anticholinergika und Alpha-Sympathomimetika. In der Regel sind beide Augen betroffen.

Bei erstmaligem Auftreten sollte ein Augenarzt aufgesucht werden, um schwerwiegende Augenerkrankungen, die ähnliche Symptome aus-

lösen, auszuschließen. Der Arzt kann zudem feststellen, ob die Beschwerden möglicherweise auf einer Störung der Lipidschicht des Tränenfilms beruhen. Dies ist für die Auswahl des Medikaments von Bedeutung.

Tränen sind vielschichtig ausgebaut

Der Tränenfilm besteht aus drei Komponenten: der Schleim-, der Wasser- und der Fettschicht, die von unterschiedlichen Drüsenzellen des Auges gebildet werden. Die zuunterst liegende Schleimschicht benetzt die Hornhaut. Die

BERATUNGSWISSEN

Neben geeigneten Medikamenten können Kunden mit trockenen Augen auch diese Tipps helfen:

- Räume mehrmals täglich lüften
- Luftbefeuchter einsetzen
- Gebläse nicht direkt auf das Gesicht richten
- Beim Radfahren Schutzbrille tragen
- Bei Bildschirmarbeit regelmäßig Pausen einlegen
- Bildschirm nicht zu hoch stellen
- Kontaktlinsen ausreichend benetzen
- Reichlich trinken

mittlere wässrige Schicht führt der Hornhaut Sauerstoff zu und enthält die antibiotisch wirkenden Enzyme. Die obere Lipidschicht bewirkt eine glatte Oberfläche und verhindert schnelles Verdunsten.

Zur Behandlung des Sicca-Syndroms werden Lösungen eingesetzt, die den natürlichen Tränenfilm nachahmen. Da sie dickflüssiger sind und enzymatisch nicht so schnell abgebaut werden, ist die Verweildauer der künstlichen Tränen auf dem Auge länger als die der natürlichen. Das Einträufeln muss regelmäßig über einen längeren Zeitraum alle zwei Stunden erfolgen. Die Zusammensetzung der Präparate ist unterschiedlich und jeder Patient muss herausfinden, mit welchem er am besten zurechtkommt. Bei leichten Beschwerden eignen sich niedrigvisköse, bei stärkeren Beschwerden hochvisköse Tropfen. Gele sind bei besonders starken Beschwerden empfehlenswert. Da sie sich jedoch wie ein Schleier über die Bindehaut legen, sind sie nur zur Anwendung am Abend geeignet.

Die gebräuchlichsten Wirkstoffe, die einzeln oder in Kombination eingesetzt werden, sind Carbomer, Polyvinylalkohol (PVA) oder -pyrrolidon (PVP), Zellulosederivate sowie Hyaluronsäure. Triglyceride und Phospholipide können die lipophile Phase des natürlichen Tränenfilms stabilisieren. Sie sind vor allem empfehlenswert, wenn eine Störung des Lipidfilms festgestellt wurde. Dexpanthenol oder Vitamin A unterstützen die Regeneration der gereizten Bindehaut. Topische Alpha-Sympathomimetika sind zur Behandlung des trockenen Auges dagegen ungeeignet, selbst wenn sie die Rötung zunächst bekämpfen. Denn auf Dauer verstärken sie den Mangel an Tränenflüssigkeit. ■



Die Folge ist eine geringere Benetzung der Augenerfläche mit Tränenfilm.

Hinter den Beschwerden können verschiedene Ursachen stecken

Zudem kann ein zu hoch aufgestellter Bildschirm dazu führen, dass das Lid sich zu weit öffnet und dadurch vermehrt Tränenflüssigkeit verdunstet. Kontaktlinsen können ebenfalls zu einer stärkeren Verdunstung des Tränenfilms führen und die typischen Symptome der Konjunktivitis sicca verursachen: Augenrötung, Fremdkörpergefühl, Brennen, müde Augen, ge-