

Wie Sandpapier

Wenn die meisten Menschen lange Tage in **geschlossenen** Räumen mit trockener Heizungsluft verbringen, macht sich das Krankheitsbild verstärkt bemerkbar: Was können Betroffene dagegen tun?



© Jürgen Fälschle / fotolia.com

Der dünne Flüssigkeitsfilm, der das Auge überzieht, hält die Bindehaut und die empfindliche Hornhaut feucht, hilft Keime abzuwehren, schwemmt Fremdkörper aus und ist an der Sauerstoffversorgung und Ernährung der Hornhaut (die

keine eigenen Blutgefäße besitzt) beteiligt. Ein regelmäßiger Lidschlag (alle 5 bis 10 Sekunden) ist nötig, um die neu produzierte Tränenflüssigkeit gut über die Vorderseite des Augapfels zu verteilen, bevor sie über die ableitenden Tränenwege im inneren Augenwinkel wieder abfließt.

Der Tränenfilm ist ein kompliziertes, dreischichtiges System: Ganz innen liegt der Hornhaut eine Schleimschicht (**Muzin**) an, die das Anhaften auf der Zelloberfläche ermöglicht, gefolgt von einer dickeren Schicht der salzhaltigen, wässrigen Flüssigkeit aus der Tränen-drüse. Über diese legt sich das

ölige Produkt von Drüsen am Lidrand (**Meibom-Drüsen**), das vor zu starker Verdunstung schützt.

Benetzungsstörung Eine reduzierte Gesamtmenge kann ebenso wie eine falsche Zusammensetzung die Ausbildung eines voll funktionsfähigen Tränenfilms stören. Dem Problem können eine nachlassende Tränenproduktion im Alter, rheumatische oder internistische Erkrankungen oder Hormonumstellungen zugrunde liegen. Auch Medikamente wie Betablocker, Diuretika oder trizyklische Antidepressiva spielen gelegentlich eine Rolle.

Das häufige Vorkommen der Störung bei Personen, die viel am Computer arbeiten, erklärt sich durch das hoch konzentrierte Fokussieren auf den Bildschirm, das mit einer **herabgesetzten Lidschlagfrequenz** einhergeht. Das bedeutet, dass die Hornhautoberfläche seltener befeuchtet und gleichzeitig von Staubpartikeln gewaschen wird; der Tränenfilm wird dünner und reißt auf. Begünstigt wird das Austrocknen noch durch äußere Faktoren wie Klimaanlage, Zugluft, Rauch und Feinstaub oder das Tragen von Kontaktlinsen. Wird die Augoberfläche längere Zeit nicht ausreichend mit Feuchtigkeit versorgt, droht im schlimmsten Fall eine chronische Hornhaut- und Bindehautentzündung. Deshalb, und weil Brennen, Rötung, Schmerz und Fremdkörpergefühl auch bei diversen anderen Augenerkrankungen vorkommen, sollten Betroffene vorsichtshalber zum Augenarzt gehen.

Tränenersatzmittel Bei der symptomatischen Therapie geht es in erster Linie um Wasserbindung und Verbesserung der Oberflächenspannung.

Künstliche Tränen stehen als Tropfen, Gel, Salben oder in Sprayform zur Verfügung.

Bei leichten Beschwerden setzt man meist gering visköse Substanzen (wie Polyvinylalkohol oder Polyvinylpyrrolidon, PVP) ein. Mittelstarke Symptome werden mit dickflüssigeren Stoffen wie Carbomere oder Hyaluronsäure behandelt.

Konservierungsmittel-freie Präparate sollten bevorzugt werden; mittlerweile stehen auch Mehrdosissysteme zur Verfügung, die ohne diese Zusätze Keimfreiheit garantieren.

Erklären Sie Ihren Kunden, dass eine Anwendung nach Bedarf nicht sinnvoll ist; nur regelmäßiges Tropfen kann Abhilfe schaffen. Für eine gute Verteilung auf der Augenoberfläche werden die Augen nach

der Applikation am besten für circa eine Minute geschlossen (die Lider nicht pressen!).

Lipidersatz, Entzündungshemmung Lipidhaltige Produkte, darunter liposomale Sprays, die auf die geschlossenen Lider (nicht ins Auge!) gesprüht werden, stabilisieren die wichtige Fettschicht und verbessern so den Verdunstungsschutz.

In hartnäckigen Fällen wird immer öfter auf einen anti-entzündlichen Ansatz gesetzt: Augenärzte verschreiben dann zum Beispiel 0,05%iges **Ciclosporin A** (als Fertigpräparat über die internationale Apotheke bestellbar). Bei ausgeprägter Symptomatik kann es zudem helfen, für eine gewisse Zeit die **Tränenpünktchen**,

TIPPS FÜR BETROFFENE

- + regelmäßig für Frischluft und für Luftbefeuchtung sorgen
- + Laserdrucker, wenn möglich, aus dem Zimmer verbannen
- + den Monitor schräg und nicht zu hoch stellen (oberste Bildschirmzeile unterhalb der Augenhöhe)
- + regelmäßig bewusst blinzeln
- + den Blick öfter mal schweifen lassen
- + Lidpflege mit warmen Umschlägen und einer sanften Massage der Lidkanten hält die Meibom-Drüsen funktionsfähig.

über die die Tränenflüssigkeit abfließt, mit einem „Stöpsel“ aus Kunststoff zu verschließen, um ein zu rasches Abfließen zu verhindern.

Augentränen beim trockenen Auge? Nur scheinbar ein Widerspruch: Auch für ein vermehrtes Tränen, etwa im Wind, kann eine zu geringe Menge der lipidhaltigen Komponente der Tränenflüssigkeit die Ursache sein. Durch das Fehlen der nach außen abschließenden Fettschicht kann die Flüssigkeit am Lidrand leichter „überlaufen“. Zudem übt die Trockenheit einen starken Reiz aus, der zur Übersekretion der wässrigen Phase der Tränen führen kann. ■

Waltraud Paukstadt,

Anzeige



Bionorica®

Blasenentzündung? Reizblase?

Canephron® N

- hemmt die Entzündung
- entspannt die gereizte Blase
- unterstützt die Nierenfunktion



Mit einzigartig kombinierter pflanzlicher Wirkkraft

Canephron® N Dragees • Zusammensetzung: 1 überzogene Tablette enthält: Tausendgüldenkraut-Pulver 18 mg, Liebstöckelwurzel-Pulver 18 mg, Rosmarinblätter-Pulver 18 mg. Sonstige Bestandteile: Calciumcarbonat, Dextrin, sprühgetrockneter Glucose-Sirup, Lactose-Monohydrat, Magnesiumstearat, Maisstärke, Montanglycolwachs, Povidon (25, 30), Natives Rizinusöl, Sucrose (Saccharose), Schellack, hochdisperses Siliciumdioxid, Talkum, Farbstoffe: Eisen-(III)-oxid (E 172), Riboflavin (E 101), Titandioxid (E 171). Anwendungsgebiete: Traditionell angewendet zur unterstützenden Behandlung und zur Ergänzung spezifischer Maßnahmen bei leichten Beschwerden im Rahmen von entzündlichen Erkrankungen der ableitenden Harnwege; zur Durchspülung der Harnwege zur Verminderung der Ablagerung von Nierengrieff. Hinweis: Canephron N ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel, das ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung für das Anwendungsgebiet registriert ist. Gegenanzeigen: Keine Anwendung bei Magengeschwüren; Überempfindlichkeit gegenüber Tausendgüldenkraut, Liebstöckelwurzel, Rosmarinblättern oder einem der sonstigen Bestandteile des Arzneimittels; bei entzündlichen Nierenerkrankungen sowie bei eingeschränkter Nierenfunktion; Keine Durchspülungstherapie bei Ödemen infolge eingeschränkter Herz- oder Nierenfunktion. Keine Anwendung bei Kindern unter 12 Jahren. Keine Anwendung in Schwangerschaft und Stillzeit wegen nicht ausreichend dokumentierter Erfahrungen. Patientinnen mit der seltenen hereditären Fructose-Intoleranz, Glucose-Galactose-Malabsorption oder Saccharase-Isomaltase-Mangel, Galactose-Intoleranz, Lactase-Mangel sollten Canephron N Dragees nicht einnehmen. Nebenwirkungen: Häufig Magen-Darm-Beschwerden (Übelkeit, Erbrechen, Durchfall). Sehr selten allergische Hautreaktionen.

Stand: 05/12

BIONORICA SE | 92308 Neumarkt
Mitvertrieb: PLANTAMED Arzneimittel GmbH | 92308 Neumarkt