

## Das trockene Auge

### Was versteht man unter einem Trockenen Auge?

Das Trockene Auge ist eine sehr häufige Erkrankung der Augenoberfläche, die durch eine Verminderung der Tränenmenge oder durch eine veränderte Zusammensetzung des Tränenfilms hervorgerufen wird. Das Auge wird nicht mehr ideal befeuchtet. Darüber hinaus kann ein Trockenes Auge auch bei diversen Augenerkrankungen, Allgemeinleiden oder durch Einnahme von Medikamenten vorkommen. Grundsätzlich sind mehr Frauen als Männer von dieser Erkrankung betroffen.

### Welche Symptome verursacht ein Trockenes Auge?

Das Trockene Auge kann zu einer Vielzahl von Beschwerden führen. Dazu gehören Augenrötungen, Fremdkörpergefühl, Kratzen, Brennen, Schleimabsonderung, Lichtempfindlichkeit, müde Augen, geschwollene Augenlider, Unverträglichkeit von Kontaktlinsen, Probleme bei Bildschirmarbeit, Unverträglichkeit von Kosmetika und Schmerzen bei Luftzug. Aber auch Augentränen kann paradoxerweise infolge gestörter Benetzung vorkommen.

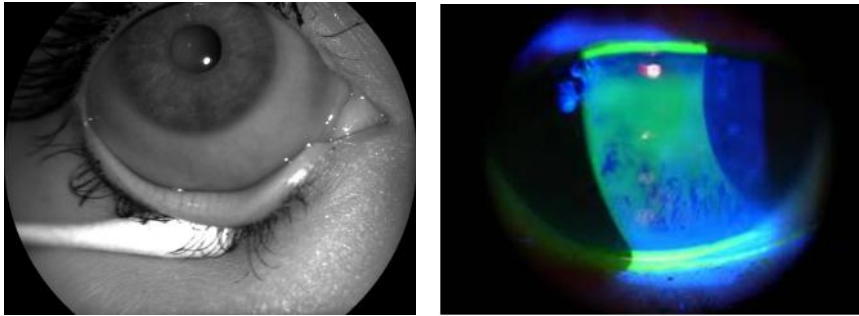
### Wozu werden Tränen produziert?

Der Tränenfilm am Auge hat vielfältige Aufgaben. Er befeuchtet mit seinen drei unterschiedlichen Schichten die Augenoberfläche und gleicht Unregelmässigkeiten der Hornhaut und Bindehaut aus. Damit ermöglicht er eine glatte Oberfläche und beste optische Verhältnisse für eine klare Sicht. Der Tränenfilm schützt das Auge, indem er Staub, Schmutzpartikel und Pollen abtransportiert. Zudem enthält er Inhaltsstoffe, die Krankheitserreger abwehren können und vor Infektionen schützen. Tränen spielen auch eine wichtige Rolle in der Versorgung der Hornhaut mit Sauerstoff, Salzen und Nährstoffen.

### Wodurch kann ein Trockenes Auge entstehen?

Ein Trockenes Auge kann durch eine Vielzahl von Gründen entstehen. Die Produktion von Tränenflüssigkeit nimmt mit zunehmendem Alter ab. Frauen sind aufgrund des hormonellen Einflusses stärker betroffen als Männer. Insbesondere nach den Wechseljahren verstärken sich die Beschwerden oft. Auch Allgemeinerkrankungen, wie z.B. Diabetes oder rheumatologische Krankheitsbilder können nebst vielen Hauterkrankungen zu einem trockenen Auge führen. Da die Bindehaut des Auges, die an der Produktion eines Teiles des Tränenfilms beteiligt ist, zum komplexen Immunsystem unseres Körpers gehört, können viele immunologische oder allergologische Erkrankungen zu einem Trockenen Auge führen. Aber auch Medikamente wie z.B. Psychopharmaka, Schlafmittel oder Beta-Blocker können Nebenwirkungen im Sinne eines Trockenen Auges haben. Unser Umfeld wirkt sich auf den Tränenfilm aus: Heizungsluft und Klimaanlage führen aufgrund zu geringer Luftfeuchtigkeit zu verstärkter Verdunstung des Tränenfilms. Typischerweise sind die Beschwerden deshalb im Winter oft ausgeprägter als im Sommer. Zugluft, Autogebläse, Flugzeugkabinen oder Zigarettenrauch steigern ebenfalls die Verdunstung des Tränenfilms. Daneben kann Bildschirmarbeit durch eine Verminderung der Blinzfrequenz zu einer Störung des Tränenfilmaufbaues führen.

### Wie wird das Trockene Auge diagnostiziert?



Besteht der Verdacht auf ein Trockenes Auge, muss nach Hinweisen auf eine quantitative oder qualitative Tränenfilmstörung gesucht werden. Dazu wird im Augenzentrum Bahnhof Basel die sogenannte Tränenfilmaufrisszeit nach Gabe von Fluoreszein in den Tränenfilm gemessen. Man beobachtet dabei unter dem Biomikroskop die Zeitspanne zwischen Lidschlag und dem Aufreißen des Tränenfilms, was Aufschluss über die Stabilität des Tränenfilms gibt. Weiter besteht im Rahmen eines sogenannten Schirmer-Tests die Möglichkeit, die Menge der produzierten Tränenflüssigkeit zu messen. Mit einem Filterpapierstreifen, der über einige Minuten in den Bindehautsack gehängt wird, misst man die Flüssigkeitsmenge. An der Spaltlampe, einem speziellen Mikroskop, erfolgt auch eine genaue Untersuchung des Lidrandes, der Bindehaut und der Hornhaut.

### Wie wird das Trockene Auge behandelt?

In der Regel kann mit Hilfe von "künstlichen Tränen" die Benetzungsstörung der Augenoberfläche kontrolliert werden. Welches der zahlreichen Präparate, die eine unterschiedliche Zusammensetzung und Viskosität besitzen, im Einzelfalle vorteilhaft ist, entscheiden wir im Gespräch mit dem Patienten. Hierbei ist auch der Schweregrad der Benetzungsstörung ausschlaggebend. Gegebenenfalls muss Ihre individuelle Therapie ergänzt oder umgestellt werden. Bei schweren Verlaufsformen stehen Spezialpräparate zur Verfügung. Nebst diesen genannten Massnahmen besteht auch die Möglichkeit, die verfügbare Tränenmenge zu erhöhen, indem man z.B. die sogenannten Tränenpünktchen, d.h. die Abflusskanälchen der Tränenflüssigkeit, verschliesst. Es gibt eine Vielzahl von ergänzenden Massnahmen, über die wir Sie im Rahmen der Konsultationen im Augenzentrum Bahnhof Basel gerne informieren können. Dazu gehören beispielsweise auch Hinweise zur Pflege der Lider oder Fragen der Kosmetik.

### Was können Sie selbst bei Trockenen Augen tun?

Oftmals sind äussere Einflüsse der Grund für die Beschwerden des Trockenen Auges.

- Patientinnen und Patienten mit Trockenem Auge sollten insbesondere im Winter zu trockene Luft meiden oder für eine ausreichende Luftbefeuchtung sorgen.
- Beim Autofahren ist es vorteilhaft, das Gebläse nie direkt auf die Augen zu richten.
- Aktives oder passives Rauchen wirkt sich ebenfalls ungünstig auf die Tränenfilmstabilität aus.
- Kontaktlinsenträger sollten für eine gute Benetzung mit dafür geeigneten Tränenersatzmitteln sorgen.

- Bei der Wahl von Kosmetika sollte auf reizarme Produkte geachtet werden, denn es kann dabei zur Irritation des Tränenfilms kommen.
- Falls im Rahmen der Konsultation durch uns empfohlen, führen Sie regelmässig die Lidrandhygiene durch. Zur Behandlung gehen Sie bitte 1-2 Mal pro Tag wie auf der folgenden Seite erklärt vor.

## **Lidrandhygiene**

### **1. Warme Umschläge**

Legen Sie eine handwarme, feuchte Kompresse für 3-5 Minuten auf die geschlossenen Lider. Dies führt zu einer Aufweichung des eingetrockneten Talges in den Drüsen.

### **2. Massage**

Massieren Sie bei geschlossenen Lidern mit dem Zeigefinger das Unterlid von unten nach oben und das Oberlid von oben nach unten. Dadurch werden die Talgdrüsen ausgepresst.

### **3. Reinigung**

Feuchten Sie ein Wattestäbchen mit Wasser an. Ziehen Sie das Unterlid mit dem Zeigefinger vom Augapfel ab. Reiben Sie vorsichtig mit dem Wattestäbchen über die Lidkante. Am Oberlid kann dies ein wenig schwierig sein, verzichten Sie im Zweifelsfall auf die Reinigung im Oberlidbereich.

### **4. Medikamente**

Applizieren Sie, falls verordnet, zusätzlich die entsprechenden Augentropfen oder reiben Sie die empfohlene Salbe im Wimpernbereich ein.