

Allianz Private Krankenversicherung

Augen- Gesundheit

Gesundheitsmanagement



Allianz 



Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

solange Menschen gut sehen, denken sie nicht großartig über ihre Augen nach. Erst die schwindende Sehkraft, Probleme beim Lesen oder eine nachlassende Orientierung im Raum machen spürbar, wie wichtig gesunde Augen sind.

In dieser Broschüre erfahren Sie, wie die komplexen Sinnesorgane funktionieren, welche Vorsorgemaßnahmen sinnvoll sind und wie Sie Ihre Augen bis ins hohe Alter fit halten.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne von montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr unter unserer kostenlosen Telefonnummer 08 00.4 10 01 03 zur Verfügung.

Eine informative und hilfreiche Lektüre wünscht Ihre

Allianz Private Krankenversicherung

Inhalt

- 4 Das Auge**
- 6 Ernährung für die Sehkraft**
- 8 Schutzfilter Sonnenbrille**
- 10 Gesunde Augen am PC**
- 12 Augen-Vorsorge**
 - Sehtest
 - Augenspiegelung
 - Augeninnendruckmessung
 - Augenübungen für zwischendurch
- 16 Altersbedingte Augenleiden und ihre Anzeichen**
 - Altersweitsichtigkeit (Presbyopie)
 - Grauer Star (Katarakt)
 - Altersbedingte Makuladegeneration (AMD)
 - Grüner Star (Glaukom)
- 20 Augenprobleme bei chronischen Krankheiten**
 - Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus)
 - Bluthochdruck (Hypertonie)
 - Arterienverkalkung (Arteriosklerose)
- 23 Notfallsymptome**

Das Auge

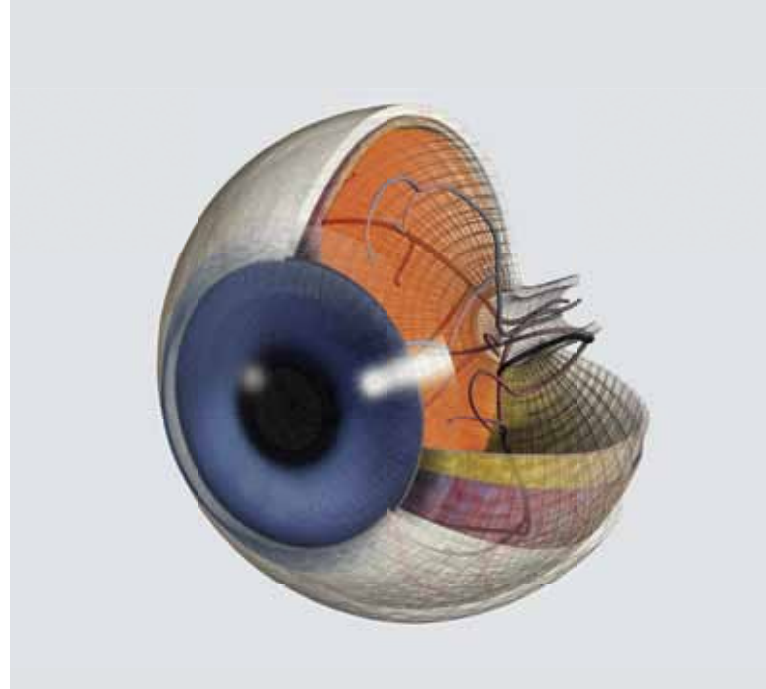
Die Augen sind die komplexesten Sinnesorgane des Menschen. Sie verarbeiten optische Eindrücke und schicken scharfe, farbige Bilder ans Gehirn. Und sie arbeiten im Team, was das räumliche Sehen ermöglicht.

Entwicklungsgeschichtlich gehören die Augen zum Nervensystem. Sie entstehen aus der Gehirnanlage des Ungeborenen. Die direkte Verbindung mit dem Gehirn bleibt über den Sehnerv lebenslang erhalten.

Der **Augapfel** liegt gut geschützt in einer knöchernen Höhle (Orbita). **Lider, Wimpern** und **Augenbrauen** schützen das empfindliche Organ vor Staub, Schweiß und Zugluft. Ein Muskelmantel (**Augenmuskeln**) steuert seine Bewegungen. Jeder Lidschlag befeuchtet das Auge mit dem Tränenfilm. Das schützt vor Austrocknung und verleiht gesunden Augen ihren Glanz.

Die **Bindehaut** (Konjunktiva) überzieht die Innenseite der Lider und die Vorderseite des Augapfels bis zur **Hornhaut** (Cornea). Durch die glasklare, millimeterdünne Hornhaut fällt das Licht ins Innere des Auges.

Hinter der Hornhaut liegen **Regenbogenhaut** (Iris), **Pupille** und **Linse**. Sie fangen das Licht ein und leiten es weiter in den Augapfel wie bei einem Fotoapparat. Die Pigmente der Regenbogenhaut bestimmen, ob die Augenfarbe braun, blau oder grün ist. Die Hauptaufgabe der Regenbogenhaut ist die Steuerung des Lichteinfalls. Sie bewegt sich wie eine Blende.



Je nach Helligkeit verengt oder weitet sich dabei die Pupille – das „Sehloch“ – in ihrem Zentrum. Die Linse bündelt das Licht. Auch sie ist beweglich und stellt so das Bild scharf.

Durch den Glaskörper gelangt das Licht zur **Netzhaut** (Retina), welche den Augenhintergrund auskleidet. Sie ist gut durchblutet und besteht aus zwei Arten von Lichtsinneszellen (Stäbchen und Zapfen), die Lichtreize in Nervenimpulse übersetzen. Rund 120 Millionen Stäbchenzellen ermöglichen das Schwarz-Weiß-Sehen in der Dunkelheit. Die etwa sechs bis sieben Millionen Zapfen sind für das Farbsehen bei Tageslicht und Dämmerung verantwortlich. Die höchste Konzentration von Zapfen befindet sich im sogenannten **gelben Fleck** (Makula). In dieser Netzhautregion entstehen die schärfsten Bilder. Die Makula liegt im Zentrum der Netzhaut, ungefähr vier Millimeter schläfenwärts vom sogenannten **blinden Fleck**. Diese Region ist frei von Lichtsinneszellen, weil sich dort die Nervenfasern zum **Sehnerv** bündeln, der die Informationen zum Gehirn weiterleitet.

Ernährung für die Sehkraft

Die Augen brauchen ausreichend Vitalstoffe, damit sie optimal funktionieren und den täglichen Anforderungen gewachsen sind. Besonders wichtig sind die Vitamine A, C und E.

Die Vorstufen des Vitamin A (Provitamin A) bilden die Rohstoffe der Sehpigmente. Ohne diese Substanzen versagen die Lichtsinneszellen der Netzhaut ihren Dienst. Die Vitamine C und E schützen die Sehorgane vor sogenannten „freien Radikalen“. Diese aggressiven Moleküle entstehen im Körper bei Bestrahlung mit ultraviolettem Licht oder durch Rauchen.

Folgende Lebensmittel sind reich an Vitaminen fürs Auge:

Provitamin A: Karotten, Paprika, Aprikosen, Rote Beete, Papaya, Feldsalat, Broccoli

Vitamin C: Schwarze Johannisbeere, Petersilie, Paprika, Broccoli, Weißkohl, Kiwi, Zitrusfrüchte

Vitamin E: Pflanzenöle (z. B. Weizenkeimöl), Nüsse, Soja, Spargel, Grünkohl



Schutzfilter Sonnenbrille

Die Sonnenbrille filtert einen Teil des sichtbaren Lichts und der ultravioletten Lichtstrahlen (UV-Strahlen). Sie schützt das Auge vor aggressiver UV-Strahlung und reduziert die Blendwirkung von Sonne und gleißendem Licht. Ohne Sonnenbrille drohen Verbrennungen der Augenoberfläche oder des Augeninneren – vergleichbar mit einem Sonnenbrand der Haut. Die Folgen reichen von schmerzhaften Augenentzündungen bis zu irreparablen Schäden an der Horn- und Netzhaut.

Beim Kauf einer Sonnenbrille sollten Sie nicht nur auf modische Details achten. Wichtig sind vor allem ein ausreichender UV-Filter, der richtige Blendschutz und eine solide Verarbeitung.

UV-Schutz: Eine hochwertige Sonnenbrille filtert 99 Prozent der UV-Strahlen bzw. blockiert alle kurzwelligeren Strahlen bis 400 nm Wellenlänge. Mit dem CE-Zeichen an der Bügelinnenseite bescheinigt der Hersteller, dass die Brille den Sicherheitsanforderungen europäischer Richtlinien entspricht. Um ganz sicher zu gehen, können Sie den UV-Schutz Ihrer Sonnenbrille auch beim Optiker messen lassen.

Der Schutz vor den schädlichen Strahlen ist übrigens unabhängig vom Tönungsgrad der Gläser. Die Filterung findet im Material selbst statt.

Blendschutz: Die Tönung der Gläser vermindert den Lichteinfall. Viele Hersteller teilen den Blendschutz in Kategorien von „0“ bis „4“ ein. Auch diese Zahl sollten Sie innen am Brillenbügel finden. Die Kategorie „0“ steht für den leichtesten Blendschutz. In Deutschland ist die Kategorie „2“ für die meisten Aktivitäten im



Freien ausreichend. Am Strand oder in den Bergen sollten Sie besser eine Sonnenbrille der Kategorie „3“ wählen. Den höchsten Blendschutz (Kategorie „4“) brauchen Sie nur im Hochgebirge oder auf dem Gletscher. Aber Vorsicht: Diese maximal getönten Brillen sind im Tal für den Straßenverkehr ungeeignet. Braune, grüne und graue Gläser sind bei Sonnenschein am besten, weil sie die Farben am wenigsten verfälschen.

Überlegen Sie vor dem Kauf, bei welchen Gelegenheiten Sie die Sonnenbrille hauptsächlich tragen wollen. Sportbrillen sollten besonders bruchsicher sein. Im Gebirge oder beim Skifahren verhindert ein Seitenschutz, dass ungefiltertes Licht das Auge von der Seite blendet.

Auch Brillenträger können eine schützende Sonnenbrille tragen. Es gibt Sonnenbrillen mit geschliffenen Gläsern. Lassen Sie sich vor dem Kauf einer neuen Sonnenbrille von einem Fachmann beraten.

Gesunde Augen am PC

Wer sich im Beruf stundenlang auf den Bildschirm konzentriert, kennt das Problem: trockene, übermüdete oder tränende Augen. Gestresste Augen sind zwar ungefährlich, aber lästig und können die Arbeit deutlich erschweren.

Schuld an den müden Augen ist oft der mangelnde Lidschlag. Je schneller der Blick zwischen Monitor, Tastatur und Schreibtisch wechselt, desto seltener blinzeln wir. Statt wie sonst 22 Mal pro Minute öffnet und schließt sich das Auge bei konzentrierter Bildschirmarbeit nur etwa sieben Mal pro Minute. Die Folge: Der Tränenfilm trocknet aus. Kontaktlinsen begünstigen das sogenannte „Office-Eye-Syndrom“ zusätzlich.



So bleiben Ihre Augen am Arbeitsplatz fit:

- Lassen Sie Ihren Bildschirm richtig einstellen. Das Bild sollte scharf, stabil, flimmerfrei und frei von störenden Reflexionen und Blendungen sein.
- Platzieren Sie Ihren Bildschirm möglichst so, dass Ihr Blick zwischendurch in die Ferne schweifen kann. Fixieren Sie mehrmals täglich für einige Sekunden einen möglichst weit entfernten Punkt, beispielsweise vor dem Fenster.
- Vergessen Sie vor lauter Konzentration den Lidschlag nicht! Blinzeln Sie ab und zu ganz bewusst. Auch künstliche Tränen (als Tropfen oder Gel) helfen, die Hornhaut feucht zu halten.
- Gönnen Sie Ihren Augen mehrmals täglich eine Pause vom Bildschirm. Erledigen Sie zwischendurch andere Arbeiten oder machen Sie eine Pause.
- Verändern Sie hin und wieder Ihre Distanz zum Monitor. Optimal sind 50 bis 70 Zentimeter Abstand.
- Rauchen Sie nicht im Büro.
- Lüften Sie regelmäßig.
- Achten Sie vor allem während der Heizperiode auf eine ausreichende Luftfeuchtigkeit am Arbeitsplatz.
- Meiden Sie den Bildschirm in Arbeitspausen. Gehen Sie beispielsweise mittags ein paar Schritte vor die Tür, statt vor dem Monitor zu sitzen.

Übrigens: Der Monitor per se ist ungefährlich für Ihre Augen. Die elektromagnetische Strahlung heutiger Geräte liegt weit unter den gesetzlichen Grenzwerten. Organische Schäden sind deshalb selbst nach langjähriger intensiver Bildschirmarbeit nahezu unmöglich.

Augen-Vorsorge

Gesunde Augen bedeuten Lebensqualität. Ein Check beim Augenarzt kann drohende Erkrankungen frühzeitig aufdecken. Folgeschäden sind dann oft vermeidbar.

Sehtest

Mit dem Sehtest wird die Sehschärfe (Visus) überprüft. Sie entspricht dem Auflösungsvermögen des Auges, also der Fähigkeit der Netzhaut (Retina), zwei Punkte voneinander getrennt wahrzunehmen. Die normale Sehschärfe entspricht einem Visus von 1,0 (100 Prozent). Mit steigendem Lebensalter kann die Sehschärfe abnehmen.

Beim Sehtest müssen Sie aus einer standardisierten Entfernung Zeichen, Zahlen oder Buchstaben von einer Tafel ablesen. Beide Augen werden getrennt untersucht, zunächst ohne und anschließend mit korrigierenden Gläsern.

Für Kinder gibt es spezielle Bildtafeln. Auch Säuglinge und Kleinkinder können orientierend untersucht werden. Den Kleinsten wird eine Karte mit einer gestreiften und einer einfarbigen Seite vorgehalten. Gesunde Kinder blicken in der Regel zur gestreiften Seite, wenn sie diese erkennen können.

Augenspiegelung

Die Augenspiegelung ermöglicht einen Blick ins Innere des Sinnesorgans. Der Augenarzt untersucht die Augen mit der sogenannten Spaltlampe, einer Kombination aus Untersuchungsmikroskop und Lichtquelle. Er betrachtet zunächst die Lider, Bindehaut, Hornhaut und die übrigen vorderen Abschnitte des Auges. Für freie Sicht auf den Augenhintergrund muss die Pupille mit Augentropfen geweitet werden.

Die Augenspiegelung kann Veränderungen der feinen Blutgefäße am Augenhintergrund aufdecken, welche beispielsweise durch hohen Blutdruck, Arterienverkalkung (Arteriosklerose) oder Diabetes entstehen. Auch Erkrankungen des Sehnervs und der Netzhaut sind bei der Untersuchung erkennbar.

Da viele Augenleiden mit zunehmendem Alter gehäuft auftreten, empfehlen Augenärzte ab dem 40.



Lebensjahr einen regelmäßigen Augencheck¹. Wer unter Diabetes, Arteriosklerose oder Bluthochdruck leidet, sollte einmal pro Jahr einen Termin beim Augenarzt einplanen.

Augeninnendruckmessung

Im Auge zirkuliert Flüssigkeit. Ist ihr Abfluss behindert, steigt der Druck im Sehorgan. Zu hohe Druckwerte finden sich beim Grünen Star (Glaukom), bei dem der Sehnerv allmählich geschädigt wird und bei dem es langfristig bis zur Erblindung kommen kann.

Eine gängige Untersuchung ist die Augendruckmessung nach Goldmann. Dabei prüft der Augenarzt, ab welchem Druck die Hornhaut unter dem Messgerät nachgibt. Dieser Wert entspricht dem Augeninnendruck.

Die Augendruckmessung¹ empfiehlt sich ab dem 40. Lebensjahr und danach alle drei Jahre. Risikogruppen sollten sich jährlich vom Augenarzt untersuchen lassen. Dazu zählen alle über 65-Jährigen, Diabetiker, Menschen, die Kortison einnehmen, Bluthochdruckpatienten, stark Kurzsichtige sowie Personen, in deren Verwandtschaft es Glaukom-Fälle gibt.

Augenübungen für zwischendurch

Folgende Übungen helfen, trockene, müde und gereizte Augen zu entspannen:

- Blicken Sie einige Minuten entspannt in die Ferne. Öffnen und schließen Sie dabei langsam die Augen.

¹ Bitte beachten Sie die tarifabhängigen Erstattungsmodalitäten. Informationen dazu erhalten Sie unter der Telefonnummer 08 00.4 10 01 08, kostenfrei montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr



- Blinzeln Sie schnell hintereinander, mindestens zehn Sekunden lang.
- Rollen Sie die Augäpfel.
- Halten Sie einen Finger ungefähr 20 Zentimeter vor die Nase und fokussieren Sie ihn mit den Augen. Suchen Sie sich ein entferntes Objekt und fixieren Sie es. Lassen Sie den Blick so lange hin- und herspringen, bis es anstrengend wird.
- Schließen Sie die Augen in einer Pause für zwei bis drei Minuten. Decken Sie die Augen – ohne Druck – mit den Händen ab, um eine völlige Dunkelheit zu erreichen.

Entspannung bringt außerdem eine spezielle Massage-technik: Pressen Sie Daumen und Mittelfinger einer Hand sanft auf die Nasenwurzel und der Zeigefinger drückt leicht zwischen die Augenbrauen. Die drei Finger vollführen kleine, kreisende Bewegungen. Diese Massage sollten Sie nur kurz, aber mehrmals täglich durchführen.

Altersbedingte Augenleiden und ihre Anzeichen

Im Laufe des Lebens verändern sich die Augen. Mit zunehmendem Lebensalter verschlechtert sich in der Regel die Sehkraft und das Risiko für altersbedingte Erkrankungen steigt. Augenärzte empfehlen deshalb ab dem 40. Lebensjahr einen regelmäßigen Früherkennungs-Check² beim Facharzt.

² Bitte beachten Sie die tarifabhängigen Erstattungsmodalitäten. Informationen dazu erhalten Sie unter der Telefonnummer 08 00.4 10 01 08, kostenfrei montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr



Altersweitsichtigkeit (Presbyopie)

Mit steigendem Alter verlieren auch Normalsichtige meist einen Teil ihrer Sehkraft. Schuld sind schleichende Alterungsprozesse im Auge, welche die Elastizität der Linse nach und nach reduzieren. Die meisten Menschen bemerken zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr, dass Bilder und Buchstaben im Nahbereich langsam unscharf werden. Wenn die Arme „zum Lesen zu kurz“ werden, ist die Zeit für eine erste Lesebrille gekommen. Kurzsichtige bemerken die Veränderung oft etwas später. Die Altersweitsichtigkeit hebt die Kurzsichtigkeit jedoch nicht auf, sie verändert lediglich die Sicht im Nahbereich. Für die Ferne brauchen Kurzsichtige weiterhin eine Sehhilfe.

Speziell auf die Weit- und Nahsicht angepasste Brillen können die Sehschwäche korrigieren. Geeignet sind sogenannte bifokale Gläser, die zwei Glasstärken in einer Brille kombinieren, oder Gleitsichtbrillen mit eingeschliffenen Übergängen.

Anzeichen:

- Unscharfe Bilder im Nahbereich

Grauer Star (Katarakt)

Beim Grauen Star (Katarakt) wird die Augenlinse nach und nach trüb. Die Betroffenen haben zunehmend Probleme, scharf zu sehen. Der Graue Star tritt vor allem ab dem 60. Lebensjahr auf. Diabetiker sind besonders gefährdet. In den meisten Fällen ist die Linsentrübung altersbedingt, sie kann aber auch die Folge einer Verletzung oder einer Erkrankung sein.

Eine Operation kann in den meisten Fällen die volle Sehschärfe wieder herstellen. Dabei wird die trübe Linse durch eine Kunstlinse ersetzt. Der Eingriff erfolgt in der Regel ambulant und unter örtlicher Betäubung.

Anzeichen:

- Nachlassende Sehschärfe: Die Umgebung erscheint wie im Nebel oder durch einen Schleier.
- Lichtempfindlichkeit, verzögerte Anpassung an Hell und Dunkel.
- Schlechtere Wahrnehmung von Kontrasten und Farben.
- Nachlassendes räumliches Sehvermögen.

Altersbedingte Makuladegeneration (AMD)

Bei dieser Alterserkrankung der Netzhaut gehen nach und nach die Sinneszellen rund um die Stelle des schärfsten Sehens (Makula) zugrunde. Dadurch erscheinen Bilder im Zentrum des Blickfeldes immer unschärfer. Die altersbedingte Makuladegeneration ist die häufigste Ursache für Erblindung bei über 75-Jährigen. Sie verläuft in der Regel fortschreitend. Rechtzeitig erkannt sind bestimmte Formen der Erkrankung jedoch oft behandelbar.

Anzeichen:

- Gerade Linien erscheinen verbogen, zum Beispiel ein Fensterrahmen („Verzerrtsehen“).
- Verschwommene Sicht in der Mitte des Blickfeldes bis hin zu einem zentralen Gesichtsfeldausfall.
- Schwierigkeiten, Gesichter zu erkennen.

Grüner Star (Glaukom)

Als Grünen Star (Glaukom) bezeichnet man eine Gruppe von Erkrankungen, welche die Netzhaut und

den Sehnerv in Mitleidenschaft ziehen. Fast immer ist dabei der Augeninnendruck erhöht. Die Folgen reichen von leichten Sehstörungen und Gesichtsfeldausfällen bis hin zur kompletten Erblindung. Der Grüne Star verursacht meistens keine Schmerzen, und die Augen können die Einschränkungen lange kompensieren. Die Erkrankung wird oft erst dann entdeckt, wenn der Sehapparat schon beträchtlich geschädigt ist.

Unbehandelt führt der Grüne Star zur Erblindung. Medikamente, eine Laserbehandlung oder eine Operation können das Fortschreiten der Erkrankung verhindern oder zumindest verlangsamen.

Anzeichen:

- Sehstörungen, zum Beispiel Ringe oder Höfe um Lichtquellen, Nebelsehen oder Gesichtsfeldausfälle.



Augenprobleme bei chronischen Krankheiten

Menschen mit Diabetes, Bluthochdruck und Arteriosklerose haben ein besonders hohes Risiko für Augenkrankheiten. Wer unter einer dieser Krankheiten leidet, sollte regelmäßig zur Augen-Vorsorge³ gehen.

Viele Augenprobleme machen lange Zeit keine Beschwerden. Der Augenarzt kann Schäden an der Netzhaut mit einem Spezialmikroskop sehr früh erkennen. Besprechen Sie mit Ihrem Arzt, welche Untersuchungsabstände sinnvoll sind.

Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus)

Dauerhaft erhöhte Blutzuckerwerte führen bei Diabetikern zu Veränderungen an den Blutgefäßen. Das betrifft auch die feinen Gefäße der Netzhaut des Auges (Retina).

Die sogenannte **Diabetische Retinopathie** gehört zu den häufigsten Folgeschäden der Zuckerkrankheit. Die Blutgefäße „verzuckern“ und versorgen die Sinneszellen der Netzhaut immer schlechter mit Nährstoffen und Sauerstoff. Aus den geschädigten Gefäßwänden kann Flüssigkeit, manchmal auch Blut austreten. Auch Fett- und Eiweißablagerungen in der Netzhaut sind möglich.

³ Bitte beachten Sie die tarifabhängigen Erstattungsmodalitäten. Informationen dazu erhalten Sie unter der Telefonnummer 08 00.4 10 01 08, kostenfrei montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr



Bei einem Teil der Erkrankten bilden sich neue Blutgefäße im Auge, welche die Unterversorgung ausgleichen sollen. Mediziner sprechen in diesem Fall von einer proliferativen Diabetischen Retinopathie. Die wuchernden Adern können Blutungen und plötzliche Sehstörungen verursachen, aber auch eine Netzhautablösung oder in seltenen Fällen Grünen Star zur Folge haben.

Die Augenveränderungen bleiben meist lange unbemerkt. Erst bei fortgeschrittener Diabetischer Retinopathie lässt das Sehvermögen nach. Unbehandelt kann die Krankheit zur Erblindung führen.

Die Diabetische Retinopathie ist nicht heilbar, aber behandelbar. Wichtig ist eine optimale Blutzuckereinstellung. Zudem kann in einigen Fällen eine Laserbehandlung oder ein operativer Eingriff das Fortschreiten der Erkrankung verlangsamen.

Bluthochdruck (Hypertonie)

Langjähriger Bluthochdruck oder extrem hohe Blutdruckwerte hinterlassen ihre Spuren am Auge. Die feinen Arterien der Netzhaut verengen sich und werden an manchen Stellen ausgebeult; kleinste Gefäße (Kapillaren) können sich ganz verschließen.

Auch kleine Blutungen, Wasseransammlungen (Ödeme) oder Ablagerungen in der Netzhaut sind möglich. Augenärzte sprechen von einem sogenannten **Fundus hypertonicus** und in fortgeschrittenen Stadien von einer **Hypertensiven Retinopathie**. Mit der Zeit wird die Netzhaut immer schlechter durchblutet und unzureichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt.

Bluthochdruckpatienten leiden häufig unter Kopf- und Augenschmerzen. Sehstörungen und Verschlechterungen der Sehschärfe fallen erst in fortgeschrittenem Stadium auf. Die wichtigste Behandlungsmaßnahme ist eine konsequente Senkung des Blutdrucks.

Arterienverkalkung (Arteriosklerose)

Arteriosklerose ist die häufigste Ursache für Durchblutungsstörungen. Die umgangssprachlich als Arterienverkalkung bezeichnete Gefäßkrankung kann neben Herz, Gehirn, Nieren und Beinen auch das Auge betreffen. Von den Betroffenen meist lange unbemerkt, verengen und verhärten sich die Netzhautarterien, und es bilden sich Ablagerungen an ihren Innenwänden. Menschen mit Bluthochdruck,

Übergewicht, erhöhten Cholesterinwerten haben ebenso wie Raucher oder Diabetiker ein besonders hohes Risiko für Gefäßschäden.

Mit fortschreitender Erkrankung verschlechtert sich die Durchblutung der Netzhaut. Kleine Gefäßverschlüsse haben Sehverschlechterungen oder Gesichtsfeldausfälle an der betroffenen Stelle zur Folge. Ist die zentrale Netzhautarterie betroffen, werden die Sinneszellen der Netzhaut nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Ein solcher Augeninfarkt verläuft in der Regel schmerzlos, hat aber gravierende Folgen. Sie reichen von rasch fortschreitenden Sehstörungen bis zur vollständigen Erblindung des betroffenen Auges.

Für Arteriosklerose-Patienten gilt: Vorbeugen ist die beste Therapie. Achten Sie darauf, dass Ihre Blutdruck-, Blutzucker- und Blutfettwerte optimal eingestellt sind, rauchen Sie nicht und bewegen Sie sich regelmäßig.

Notfallsymptome

Bei folgenden Symptomen sollten Sie umgehend einen Augenarzt konsultieren:

- Plötzlich auftretende, starke Schmerzen am Auge.
- Langandauernde oder schmerzhaft Rötung des Auges.
- Unvermittelter aber auch schleichender Gesichtsfeldausfall.
- Akut auftretende Sehverschlechterung.
- Plötzliche Sehstörungen, z. B. vermehrt herumfliegende Punkte (wie kleine Mücken), Blitzesehen, Nebelsehen, Rußregen oder Flimmern vor den Augen.



Gesundheitswelt

Immer dabei. Für PC, Tablet und Smartphone.



www.allianz.de/gesundheitswelt

Jeden Monat neue aktuelle Beiträge rund um das Thema Gesundheit sowie alle Informationen zu unseren Serviceangeboten.



Mo bis Fr
8 bis 20 Uhr

08 00.4 10 01 03

Kostenfreie Beratung und Informationen zum Thema Gesundheit und zu unseren Services.

Allianz Private Krankenversicherungs-AG

W7-55-038Z0 (02V) 5.10.13