

Rote Augen - was dahinterstecken kann, was hilft

Schon ein Staubkorn kann reichen: Durch den Reiz entzündet sich die Bindehaut (s. Abbildung rechts), die Blutgefäße schwellen an, das Auge rötet sich. Doch es kann auch eine schwere Infektion dahinterstecken. Wie man was erkennt und wann der Arzt gefragt ist – hier unsere Tipps.

Hausstaub und Pollen reizen

Allergie. Hinter geröteten Augen steckt häufig eine allergische Bindehautentzündung, weiß die Augenärztin Dr. Dorothee Tilch von der DMed Augenpraxisklinik Westfalen aus langjähriger Erfahrung. Sie erklärt: „Auslöser sind dann entweder Pollen, Hausstaub, Tierhaare oder Kosmetika. Auch wenn **die Augen jucken**, sollte man sie möglichst nicht reiben, denn dadurch wird die Reizung nur noch verstärkt. Besser ist es, kühle Umschläge aufzulegen.“ Außerdem helfen antiallergische Augentropfen z. B. auf Basis von Cromoglicinsäure (Apotheke).

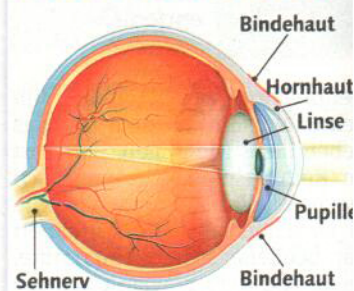
Zu dünner Tränenfilm

Trockenes Auge. Wenn die Augen drücken und sich anfühlen, als sei ein Fremdkörper darin, sind sie meist zu trocken. Ursache ist oft langes Starren auf den Monitor, ohne regelmäßig zu blinzeln. Dadurch wird die Oberfläche des Auges nicht genug befeuchtet. **Brennen die Augen**, können Augentropfen helfen, die den Tränenfilm ersetzen (z. B. von Bepanthen, Apotheke). Tropfen mit der Heilpflanze Augentrost (z. B. Euphrasia D3, Apotheke) beruhigen die Bindehaut.

Lidrandentzündung. Sind die Augenlider rot, dick und verkrustet, liegt meist eine Lidrandentzündung vor. Dr. Tilch: „Die Ursache ist häufig eine bakterielle Infektion. Deshalb sollte man den äußeren Lidrand täglich mit einem Wattestäbchen reinigen, das in eine Lösung aus Wasser und Babyshampoo getaucht wird. Warme Kompressen auf den geschlossenen Augenlidern und eine Lidmassage Richtung Lidkante sorgen dafür, dass die Drüsengänge nicht verstopfen.“

Herpes-Infektion. Betrachtet man das gerötete Auge genau im Spiegel und entdeckt darin winzige Bläschen, kann eine (ansteckende) Herpes-Infektion vorliegen. Und die gehört sofort in die Hände des Augenarztes. Er verschreibt antivirale Augentropfen, damit sich die Erreger nicht vermehren und Hornhautschäden anrichten. ■

So kommt's zu roten Äderchen



Am vorderen Teil des Augapfels ist eine feste Schleimhaut, die Bindehaut (rot). Sie kommt u. a. an der Innenseite des Augenlids vor. Sie ist gut durchblutet, aber transparent. Rote Augen werden sichtbar, wenn sich zu viel Blut in den Bindehautgefäßen sammelt. Die Ursachen können vielfältig sein (s. Text).

Der richtige UV-Schutz fürs Auge

Fünf Fragen an Dr. med. Toam Katz, Facharzt für Augenheilkunde und medizinischer Direktor von Care Vision

→ Warum muss man die Augen bei Sonne schützen?

Dr. Katz: „Auch unsere Augen können einen Sonnenbrand erleiden. Und zwar nicht nur durch Sonne, sondern auch durch Wasser-Reflexionen.“

→ Welchen Schaden kann das UV-Licht anrichten?

Dr. Katz: „Wer seine Augen zu lange dem Sonnenlicht aussetzt, riskiert Schäden an Horn- und Netzhaut.“

→ Kann die Sehfähigkeit davon betroffen sein?

Dr. Katz: „Ja. Die UV-Strahlen können die Eiweiße in der Linse verändern, wodurch eine Linsentrübung entsteht.“

Die Sehschärfe wird schlechter und es kommt frühzeitig zu Grauem Star.“

→ Wie vermeidet man Sonnenschäden am Auge?

Dr. Katz: „Man sollte auf keinen Fall direkt in die Sonne blicken. Der beste UV-Schutz für die Augen ist die Sonnenbrille, sie schluckt schädliche Strahlen bis zu 100 Prozent.“

→ Was ist beim Kauf einer Sonnenbrille wichtig?

Dr. Katz: „Die Brille sollte CE-zertifiziert sein, das ist das EU-Sicherheitsiegel. Stark filternde Sonnenbrillen enthalten außerdem den Hinweis UV 400. Die Kategorien 1 bis 4 geben die Schutzstärke an.“