

GESAGT.
GETAN.
VORGESORGT.

Weil es um Ihre Augen-Gesundheit geht.
Denken Sie an Vorsorge!

SEHEN?

Regelmäßige Vorsorge ist
essenziell für die Gesundheit
Ihrer Augen. In jedem Alter.

www.gesagt-getan-vorgesorgt.at

**Die Vorsorge-App
für Ihre Gesundheit!
Jetzt downloaden!**



Vorwort

SEHR GEEHRTE WIENERINNEN UND WIENER!

Die Augen sind unser wichtigstes Sinnesorgan. Durch sie nehmen wir die Welt wahr. Gesunde Augen und gutes Sehen sind daher ein wesentlicher Faktor für eine gute Lebensqualität. Gesundheitsvorsorge für die Augen beginnt nicht erst im Alter. Da die Entwicklung der Sehkraft und damit die Grundlage für gutes Sehen im späteren Leben in der Kindheit stattfinden, sind augenärztliche Kontrollen bereits im Kindesalter wichtig. Was im Kindesalter versäumt wurde, kann später nicht mehr gutgemacht werden.

Die steigende Lebenserwartung hat zur Folge, dass Augenerkrankungen in der Bevölkerung zunehmen. Manche sind besonders tückisch, da sie sich im Frühstadium noch nicht bemerkbar machen. Daher ist es umso wichtiger, regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen und individuelle Beratungsgespräche beim Augenarzt in unterschiedlichen Lebensphasen in Anspruch zu nehmen, auch wenn keine Beschwerden vorliegen.

Mit dieser Broschüre wenden wir uns an Menschen jeden Alters und möchten wertvolle Informationen über besondere medizinische Bedürfnisse und Vorsorgeuntersuchungen in Bezug auf die Augen-Gesundheit liefern.

Herzlichst

Ihr ao. Univ.-Prof. Dr. Thomas Szekeres

Präsident Ärztekammer für Wien

Kindheit bis Pubertät

Sehfehler beeinträchtigen bei Kindern nicht nur die Sinnesempfindung, sondern in weiterer Folge auch die allgemeine Entwicklung. Werden Sehfehler nicht rechtzeitig korrigiert, bleibt eine, später nicht mehr behandelbare Beeinträchtigung zurück. Regelmäßige Untersuchungen beim Augenarzt sind sehr wichtig, da es für Eltern nicht immer einfach ist, schlechtes Sehen bei ihren Kindern zu erkennen. Besonders ernst genommen werden müssen bei Kindern das Klagen über Kopfschmerzen oder Schwindelgefühl. Erkrankungen der Augen können die Ursache dafür sein.

Vorsorgeuntersuchungen

Bereits im Rahmen des Mutter-Kind-Pass-Programms sind zwei Augenuntersuchungen vorgesehen. Vor dem Schuleintritt sollte dann eine weitere gründliche Augenuntersuchung durchgeführt werden. Denn unerkanntes schlechtes Sehen erschwert Kindern unnötig den Schulalltag. Liegen keine Beschwerden vor, sollte die nächste eingehende Untersuchung zumindest bis zum 16. Lebensjahr erfolgen.

Schielen (Strabismus)

Auch wenn Ihr Kind alles gut sieht und nicht erkennbar schielt, kann es sein, dass es nur mit einem Auge fixiert und das zweite Auge nicht richtig sehen lernt. Um einen bleibenden Sehschaden zu vermeiden, sollte so früh wie möglich eine Behandlung durch eine Brille und/oder das Abkleben des gesunden Auges erfolgen.

Pubertät bis Lebensmitte

Trockene Augen durch Bildschirmarbeit

Durch lange und konzentrierte Bildschirmarbeit blinzelt ein Mensch nur mehr halb so oft als sonst. Dadurch reißt der Tränenfilm. Trockene und brennende Augen sind die Folge. Regelmäßige kleine Pausen, bewusstes Zwinkern, eine gute Luftbefeuchtung und benetzende Augentropfen können dabei helfen.

Diabetische Retinopathie

Für Diabetiker sind regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen beim Augenarzt besonders wichtig, da sie ein Risiko haben, an diabetischer Retinopathie zu erkranken. Durch erhöhte Blutzuckerwerte kann es unbemerkt zu Gefäßveränderungen an der Netzhaut kommen. Nur bei einer frühen Diagnose kann ein weiteres Fortschreiten bis zur Erblindung verhindert werden. Diabetikern wird empfohlen, auch ohne Symptome mindestens einmal pro Jahr eine Kontrolle beim Augenarzt durchführen zu lassen.

Hintere Glaskörperabhebung

In der Lebensmitte beginnt sich der gelartige Glaskörper zunehmend zu verflüssigen und von der Innenwand des Auges zu lösen. Dadurch können tanzende Punkte im Blickfeld oder auch helles Blitzen auftreten. Ein Netzhautriss kann entstehen und im schlimmsten Fall kann es zu einer Netzhautablösung kommen. Bei ersten Symptomen sollte daher unverzüglich bei erweiterter Pupille der Augenhintergrund abgesehen werden. Wird ein Netzhautriss gefunden, kann oft durch eine Laserbehandlung eine Netzhautablösung verhindert werden.

Lebensmitte bis hohes Alter

Altersbedingte Makuladegeneration (AMD)

Altersbedingte Makuladegeneration oder auch Netzhautverkalkung ist eine chronische Erkrankung der Netzhaut, die zum Verlust des zentralen Sehvermögens führen kann und ab dem 50. Lebensjahr auftritt. Anzeichen einer Verschlechterung sind verschwommenes Sehen, Verzerrtsehen oder ein grauer Fleck im Zentrum des Gesichtsfeldes.

Im Rahmen einer Augenkontrolle können eine feuchte AMD bereits frühzeitig erkannt und der Krankheitsverlauf durch eine Behandlung gebremst werden. Sind Teile der Netzhaut aber einmal zerstört, können sie nicht mehr wiederhergestellt werden. Der größte Risikofaktor, neben dem Alter und einer genetischen Veranlagung, ist das Rauchen.

Grüner Star (Glaukom)

Beim Grünen Star handelt es sich um eine Erkrankung des Sehnervs, die vor allem durch einen erhöhten Augeninnendruck hervorgerufen wird und schließlich zu Ausfällen im Gesichtsfeld führt. Die Erkrankung tritt häufig ab dem 40. Lebensjahr auf. Sie ist besonders tückisch, da sie sich im Frühstadium noch nicht bemerkbar macht. Nur wenn ein Glaukom rechtzeitig erkannt wird, können ein weiteres Fortschreiten sowie eine Sehbehinderung verhindert werden.

Ab dem 40. Lebensjahr sollten Patientinnen und Patienten zumindest alle zwei Jahre vom Augenarzt den Augeninnendruck messen lassen. Ab dem 60. Lebensjahr wird eine Kontrolle mindestens einmal pro Jahr empfohlen.

DIE WICHTIGSTEN FAKTEN IM ÜBERBLICK

Viele Augenerkrankungen machen sich erst dann bemerkbar, wenn es für eine Behandlung bereits sehr spät ist und der entstandene Sehschaden nicht mehr behoben werden kann. Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen sind für eine Früherkennung in jeder Lebensphase wichtig.

Die wichtigsten Vorsorgeuntersuchungen im Überblick:

- **1. und 2. Lebensjahr:**
zwei Augenuntersuchungen im Rahmen des Mutter-Kind-Pass-Programms
- **6. Lebensjahr:**
eine Untersuchung vor dem Schuleintritt
- **Bis zum 16. Lebensjahr:**
mindestens eine weitere Untersuchung
- **Ab dem 40. Lebensjahr:**
alle zwei Jahre mindestens eine Untersuchung (inkl. Messung des Augeninnendrucks)
- **Ab dem 60. Lebensjahr:**
jedes Jahr mindestens eine Untersuchung (inkl. Messung des Augeninnendrucks)

Das besondere Service der Ärztekammer:

Auf www.praxisplan.at können Sie gezielt nach Fachärztinnen und Fachärzten der Augenheilkunde und Optometrie suchen. Sollten Sie keinen Internetzugang haben, erteilt das Patientenservice der Ärztekammer für Wien unter Tel.: 01/790 11 61 (Mo.–Fr., 7–19 Uhr) gerne Auskunft.