

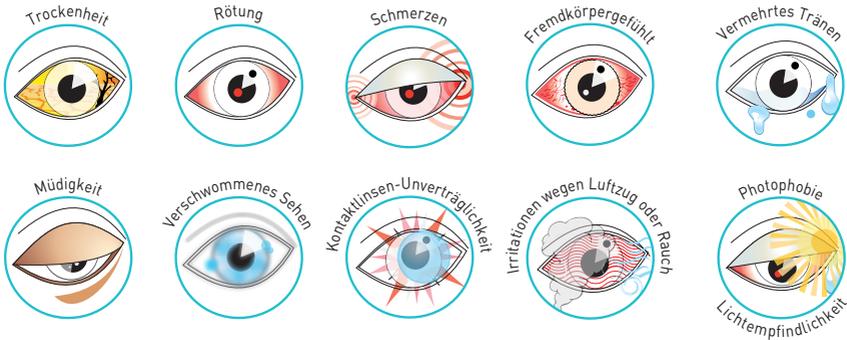
# Wissenswertes für Patienten

Trockene Augen

# DAS TROCKENE AUGE



## KENNEN SIE DAS?



**Dann leiden Sie wahrscheinlich an den Symptomen des Trockenen Auges.**

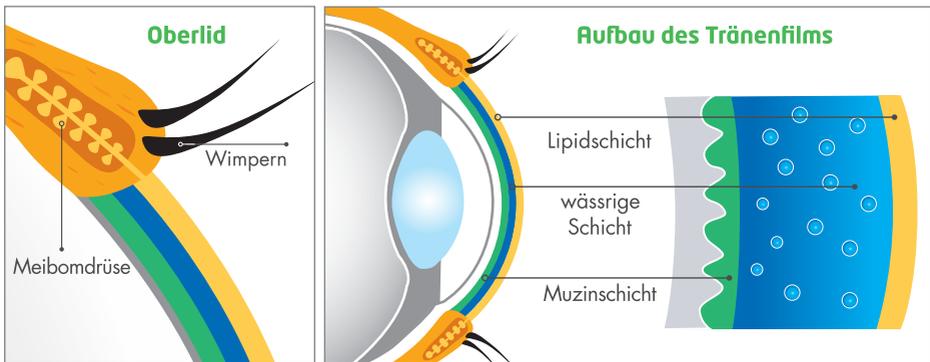
Das Trockene Auge (in der medizinischen Fachsprache „Keratokonjunktivitis sicca“) ist eines der häufigsten Beschwerdebilder in der Augenheilkunde.

**Das Trockene Auge ist eine Funktionsstörung des Tränenfilms.**

Die Beschwerden entstehen durch eine verminderte Tränenproduktion, die vermehrte Verdunstung des Tränenfilms oder eine ungenügende Haftung des Tränenfilms auf der Augenoberfläche.

# DER TRÄNENFILM

Der aus drei Schichten bestehende Tränenfilm wird von den Meibomdrüsen der Augenlider (äussere fetthaltige Schicht = Lipidschicht), den Tränendrüsen (mittlere wässrige Schicht) und den Becherzellen der Bindehaut (innere schleimhaltige Schicht = Muzinschicht) gebildet.



Während die Muzinschicht dafür sorgt, dass der Tränenfilm auf der Augenoberfläche haften kann, verhindert die Lipidschicht, dass er zu schnell verdunstet. Die wässrige Schicht enthält Nährstoffe, Sauerstoff und immunologische Abwehrstoffe zur Versorgung der Hornhaut und zur Abwehr von Bakterien und Viren. Der Lidschlag befördert den Tränenfilm beim Schliessen der Augenlider zu den Tränenpunkten, über die er durch den Tränenkanal in den Tränensack und von dort durch einen Verbindungsgang in die Nase abfliessen kann. Gleichzeitig verteilt er beim Öffnen der Augenlider den neu gebildeten Tränenfilm gleichmässig über die Augenoberfläche.

# AUFGABEN DES TRÄNENFILMS

## **Der Tränenfilm erfüllt wichtige Schutzfunktionen:**

- schützt das Auge vor Fremdkörpern
- schützt das Auge vor Bakterien und Viren
- ernährt die Hornhaut und versorgt sie mit Sauerstoff
- dient als Gleitmittel für die Augenlider
- gleicht Mikro-Unebenheiten der Hornhaut aus
- erfüllt wichtige optische Funktionen: ohne ihn wäre die Hornhaut trocken und nicht transparent

## **Sind Aufbau und Zusammensetzung des Tränenfilms gestört, kann er seine Funktion nicht mehr richtig wahrnehmen:**

- die Augenoberfläche trocknet aus
- die Hornhaut wird nicht mehr ausreichend ernährt und mit Sauerstoff versorgt
- der Schutz vor Bakterien und Viren ist nur noch unzureichend vorhanden

Die Folgen für das Augenlicht können ernst sein: Das Trockene Auge kann zu Hornhautschädigungen oder Entzündungen führen.

# TROCKENE AUGEN HABEN VIELFÄLTIGE URSACHEN



# HABE ICH TROCKENE AUGEN? IHR PERSÖNLICHER SELBSTTEST\*

Bitte ankreuzen. Mehrfachantworten sind möglich.

## Verspüren Sie seit längerem eine oder mehrere der folgenden Augenbeschwerden?

- Jucken der Augen und Lidränder
- Stechen der Augen
- Fremdkörper- oder Trockenheitsgefühl
- Lichtempfindlichkeit
- Augenbrennen
- Vermindertes Sehvermögen
- Gerötete Augen/Verschwommenes Sehen
- Tränenfluss
- Müde Augen

## Reagieren Ihre Augen empfindlich

- bei Wind und Kälte?
- in klimatisierten Räumen?
- bei Heizungsluft?

## Werden Sie bei folgenden Tätigkeiten durch Ihre Augenprobleme beeinträchtigt?

- Beim Lesen
- Beim Fernsehen
- Bei der Computerarbeit

**Anzahl der angekreuzten Antworten:**

(Auswertung auf der folgenden Seite)

\* Entwickelt in Zusammenarbeit mit Herrn Dr. Thomas Kaercher, niedergelassener Augenarzt und Experte auf dem Gebiet des Trockenen Auges, Heidelberg (D), und Frau Dr. med. Melanie Eberle Heitzmann, Fachärztin FMH für Augenheilkunde, Expertin auf dem Gebiet des Trockenen Auges, Praxis in Emmen, Luzern (CH).

# AUSWERTUNG TROCKENE AUGEN-SELBSTTEST

## **0-2 angekreuzte Antworten:**

Ein Trockenes Auge ist eher unwahrscheinlich.

## **3-5 angekreuzte Antworten:**

Möglicherweise leiden Sie unter  
Trockenen Augen.

## **Mehr als 5 angekreuzte Antworten:**

Es ist sehr wahrscheinlich, dass Sie unter  
Trockenen Augen leiden.



# WAS KÖNNEN SIE GEGEN DIE SYMPTOME TROCKENER AUGEN TUN?

## Zu Hause/Büro:

- Wohnung und Arbeitsplatz regelmässig lüften, so dass die Luftfeuchtigkeit im Raum ansteigt (ev. Luftbefeuchter).
- Beim Arbeiten am Computer sollten Sie darauf achten, dass Ihre Augen leicht nach unten gerichtet sind. Somit ist Ihre Augenoberfläche durch die Lider besser geschützt und weniger Augenoberfläche den Umweltfaktoren ausgesetzt.
- Bei regelmässiger Anwendung von künstlicher Tränenflüssigkeit sollten Sie möglichst Augentropfen anwenden, die ohne Konservierungsstoffe auskommen.
- Nehmen Sie regelmässige Produkte zu sich, die reich an Omega-3-Fettsäuren sind, wie z.B. Chia-Samen, Leinöl, Schellfisch, Walnüsse, Thunfisch, Makrele, Lachs, Forelle, Sardine, standardisierte Fischöl-Produkte, etc.
- Ausreichend trinken.
- Besonders wichtig ist eine tägliche, effektive Reinigung der Augenlider und Lidränder.
- Falls nötig, tragen Sie eine Brille mit Seitenschutz.

## Im Auto:

- Lüftungsgebläse nie direkt auf das Gesicht richten, um zusätzliche Reizung zu vermeiden

## In der Freizeit:

- Achten Sie darauf, Sonnencreme, Hautcremes, Make-up, etc. welche fürs Gesicht gedacht sind, nicht zu nahe am Auge aufzutragen. Verwenden sie nur ausgewiesene Lidcremes und Augenmake-ups für empfindliche Augen und reinigen Sie die Lider ebenfalls regelmässig mit einem entsprechenden Reiniger.
- Kontaktlinsenträger sollten Ihren Augen eine Wellnesszeit gönnen und täglich ein paar Stunden die Kontaktlinsen durch die Brille ersetzen.
- bei starker Sonneneinstrahlung stets eine Sonnenbrille tragen
- Augen vor Zugluft schützen, z. B. beim Fahrrad- oder Skifahren

# HILFE BEI MÜDEN UND GESTRESSTEN AUGEN: DIE TÄGLICHE LIDRANDHYGIENE

## Die Lidrandhygiene erfolgt in 3 wesentlichen Schritten:

### 1 Wärme

Warme Kompressen z.B. ein warmer „Warm-Cold-Pack“, einen warm-feuchten Waschlappen oder eine Wärmemaske werden für 5 – 10 Minuten auf die geschlossenen Lider aufgelegt. Die Wärme lässt das Talgdrüsensekret der Lidränder besser austreten und erleichtert die nachfolgende Massage der Lider.

### 2 Massage

Durch leichten Druck oder sanfte Massage von oben nach unten am Oberlid und von unten nach oben am Unterlid wird das verflüssigte Sekret aus den Drüsen gedrückt.

### 3 Reinigung des Lidrands

Die oberen und unteren Lidränder, als auch die Lider, werden mit vorgefertigten Reinigungstüchern oder mit Reinigungstüchern, welche durch Sie mit einer Lidreinigungslotion getränkt wurden, gereinigt. Ob ein Tuch oder Wattestäbchen für die Lidreinigung angewendet werden, ist Ihnen, dem Anwender, zu überlassen.



# TRÄNENERSATZ

Zur Unterstützung und als Ersatz der natürlichen Tränenflüssigkeit gibt es zahlreiche Tränenersatzmittel, die die Beschwerden des Trockenen Auges lindern können.

Welches Tränenersatzmittel für Sie geeignet ist, hängt von der Art Ihres Trockenen Auges ab. Ein Trockenes Auge mit verminderter Tränenproduktion bedarf eines anderen Tränenersatzmittels als ein Trockenes Auge, welches durch eine vermehrte Verdunstung der Tränenflüssigkeit zustande kommt. So kann es vorkommen, dass Sie ein Tränenersatzmittel anwenden, aber die Beschwerden trotzdem anhalten. Sogenannte Allround-Tränenersatzmittel sind in der Regel ein guter Weg, bei Beschwerden des Trockenen Auges mit einer Therapie zu beginnen. Die Häufigkeit der Anwendung hängt dabei vom Schweregrad Ihrer Beschwerden ab und richtet sich auch nach der Empfehlung des Apothekers oder des Herstellers.



Reichen herkömmliche Tränenersatzmittel nicht mehr aus, um die Beschwerden zu lindern, sollten sie einen Augenarzt/eine Augenärztin aufsuchen, der/die die Art Ihres Trockenen Auges feststellt und mit Ihnen einen Therapieplan erstellt.

Da das Trockene Auge eine chronische und von vielen Faktoren abhängige Erkrankung ist, braucht Ihr Augenarzt/Ihre Augenärztin gelegentlich etwas mehr Zeit, die passende Therapie für Sie zu finden. Dies weil ein

Trockenes Auge nicht immer einem klassischen Trockenen Auge aus dem Lehrbuch entspricht und die verfügbare Therapie auch nicht immer gleich gut wirken. Wichtig ist, dass Sie der Behandlung des Trockenen Auges etwas Zeit geben, da die Strukturen der Augenoberfläche erst wieder ein Gleichgewicht finden müssen.

## Ein gut verträgliches und wirksames Tränenersatzmittel

- **ist unkonserviert** (Konservierungsmittel können zu Allergien und bei Langzeitanwendung zu Hornhautschädigungen führen.)
- **ist phosphatfrei** (Phosphate können bei vorgeschädigter Hornhaut zu Kalkablagerungen in der Hornhaut führen.)
- **ist hypoton** (Beim Trockenen Auge enthält der Tränenfilm zu viele gelöste Salze, die Zellschäden verursachen können. Eine hypotone Lösung gleicht dieses Zuviel an Salzen aus und wirkt damit den Schädigungen entgegen.)
- **enthält natürliche Inhaltsstoffe** (z.B. Hyaluronsäure oder Trehalose)

# SCHÜTZT MIT DER 2-FACH FORMEL



## THEALOZDUO – Schützt und regeneriert. Mehr als Hyaluronsäure.

**THEALOZDUO** ist eine innovative Kombination erfolgreicher und millionenfach angewendeter Wirkmechanismen bei Trockenen Augen. **THEALOZDUO** vereint die positiven Eigenschaften der Hyaluronsäure mit denen des natürlichen Inhaltsstoffes Trehalose.

Während die Hyaluronsäure das Auge wohltuend befeuchtet und einen lang anhaltenden Feuchtigkeitsfilm auf der Augenoberfläche bildet, stabilisiert die Trehalose den natürlichen Tränenfilm. Auf der anderen Seite schützt die Trehalose das Auge vor Schädigungen durch Trockenheit, während die Hyaluronsäure vorhandene Schädigungen der Augenoberfläche regeneriert.



# SCHÜTZT MIT DER 2-FACH FORMEL

## THEALOZDUO

### Trehalose + Hyaluronsäure

Ein Hauptbestandteil von **THEALOZDUO** ist **Trehalose**, eine natürliche Substanz (Disaccharid).

Eine der faszinierendsten Eigenschaften von **Trehalose** ist, dass sie es zahlreichen Pflanzen, Insekten und Mikroorganismen ermöglicht, lange Trockenperioden, grosse Hitze oder Kälte sowie extreme Belastungen durch oxidativen Stress oder UV-Bestrahlung unbeschadet zu überstehen, indem sie deren Zellen vor Schäden durch diese Einflüsse bewahrt (z.B. vor Austrocknung). Dank **Trehalose** schützt **THEALOZDUO** die Augenoberfläche effektiv vor Schäden.

### Rose von Jericho (*Selaginella lepidophylla*) <sup>(1)</sup>



Trocken



2 Stunden nach  
Wasserzugabe



24 Stunden nach  
Wasserzugabe

**Trehalose schützt effektiv vor Schäden durch Trockenheit und oxidativem Stress (z.B. UV-Licht).**

Der zweite Hauptbestandteil ist die **Hyaluronsäure**. Sie dient als natürliches Gleitmittel, das die Reibung des Augenlids auf der Hornhaut verhindert. **Hyaluronsäure** verbessert die Stabilität des Tränenfilms und fördert die Regeneration des Hornhaut- und Bindehautepithels.

# DAS ABAK<sup>®</sup>-SYSTEM

Das entwickelte und patentierte ABAK<sup>®</sup>-System verbindet den Vorteil der Konservierungsmittelfreiheit mit der einfachen Handhabung einer herkömmlichen Tropfflasche. **ABAK<sup>®</sup>** steht dabei für **A** = Frei von, **BAK** = Benzalkoniumchlorid, einem häufigen Konservierungsmittel.

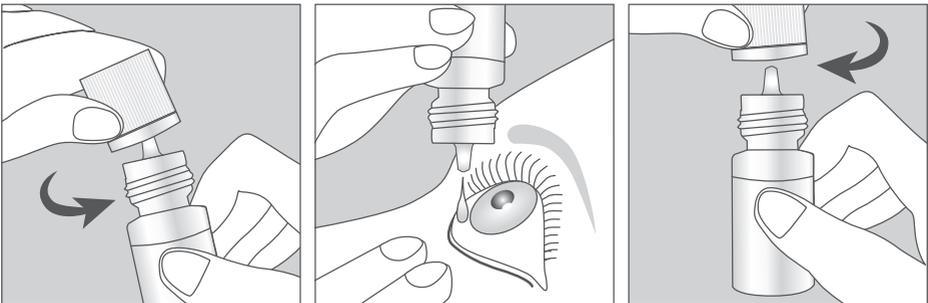
**THEALOZDUO** im ABAK<sup>®</sup>-System ist unkonservert, phosphatfrei und sehr gut verträglich. Thealoz Duo ist damit optimal geeignet für die Daueranwendung.



## ABAK®-Flasche (unkonserviertes Mehrdosis-System)

**Bitte vermeiden Sie den Kontakt der Tropföffnung mit den Fingern oder Augen.**

Drehen Sie die Verschlusskappe von der Flaschenspitze ab. Ziehen Sie mit der einen Hand das Augenlid nach unten und blicken Sie nach oben. Halten Sie mit der anderen Hand die Tropfflasche senkrecht über Ihr Auge. Drücken Sie seitlich auf den Flaschenkörper und bringen Sie 1 Tropfen in den Bindehautsack ein. Aufgrund des ABAK®-Filtersystems dauert es etwas länger bis ein Tropfen erscheint. Die Flasche nach jeder Anwendung wieder verschliessen.



# THÉA PHARMA: FORSCHUNG UND TRADITION



Thea PHARMA S.A. (Schweiz) wurde 2001 gegründet und ist eine Tochterfirma des französischen Pharmaunternehmens Laboratoires Théa mit Sitz in Clermont-Ferrand. Die Laboratoires Théa wurde von Henri Chibret gegründet und ist nach wie vor ein Familienunternehmen.

Die Familie Chibret ist seit 5 Generationen mit der Augenheilkunde verbunden.

Théa Pharma ist auf den Vertrieb von Arzneimitteln, Medizinprodukten, Nahrungsergänzungsmitteln und Kosmetika im Bereich der Ophthalmologie spezialisiert.

Thea PHARMA S.A.  
Moserstrasse 27  
8200 Schaffhausen  
Tel.: 052 630 00 55  
[www.theapharma.ch](http://www.theapharma.ch)  
[Info.switzerland@theapharma.com](mailto:Info.switzerland@theapharma.com)

