



**Gut sehen – das gelingt mithilfe von Augenärzten, aber auch mit Präparaten aus der Apotheke.**

## Telefonaktion Netzhaut-Erkrankungen: Ihre Fragen, unsere Antworten

Mehr als 1000 Anrufer haben versucht, die beiden Augenärzte Dr. Valeska Müller aus Berlin und Dr. Till C. Werner aus Worms zu erreichen. Die wichtigsten Fragen und Antworten haben wir für Sie zusammengefasst.

**Ich leide unter der trockenen Altersabhängigen Makula-Degeneration (AMD). Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?**

Die AMD greift den Punkt des schärfsten Sehens auf der Netzhaut an. Gegen die trockene Form gibt es derzeit leider noch keine wirksame Behandlung. Allerdings schreitet sie sehr langsam voran. Sie sollten Ihre Augen dennoch regelmäßig vom Augenarzt kontrollieren lassen. Nur so lässt sich rechtzeitig erkennen, ob sich die gefährlichere Form – die feuchte AMD – entwickelt. Diese ist aber in den meisten Fällen gut therapierbar.

**Leider hat sich bei mir eine feuchte AMD mit einem Makulaödem entwickelt. Nun soll ich Spritzen dagegen erhalten. Wie funktioniert die Behandlung?**

Beim Makulaödem sammelt sich Flüssigkeit am Ort des schärfsten Sehens an der Netzhaut an. Um das Makulaödem zu behandeln, injiziert der Augenarzt nach vorheriger Betäubung einen VEGF-Blocker in den Glaskörper des Auges. Das Medikament bewirkt, dass krankhafte Blutgefäße abgedichtet werden und das Ödem »austrocknet«. Dazu sind meist mehrere Behandlungen nötig. Wichtig ist, dass Sie die regelmäßigen, in der Regel monatlichen Kontrolltermine einhalten.

## Ständig unter Strom? Ich lass' mich nicht stressen!



### Dank Rhodiolan® 200: Souverän mit Belastungen umgehen

Auf der einen Seite der Job mit Bergen von Arbeit, auf der anderen Seite die Familie, der Haushalt und wenn möglich Freizeit. Die Grenzen der eigenen Belastbarkeit sind schnell erreicht – mental und auch körperlich. Die Leistungsfähigkeit leidet und alles wird dadurch nur noch schlimmer: Ein Teufelskreis entsteht.

#### Einzigartige Hilfe aus der Natur

Extrakte aus Rhodiola rosea (Rosenvuorz) verbessern die Stress-Verarbeitung gleich doppelt:

- **Mehr Gelassenheit** in Belastungsphasen durch die Regulierung der Ausschüttung von Stresshormonen (z. B. Cortisol)
- **Mehr Energie** bei Müdigkeit und Erschöpfung durch Steigerung der Produktion der körpereigenen Energieträger (ATP)

#### Das skandinavische Geheimnis für mehr Belastbarkeit

Rhodiolan® 200 (nur in der Apotheke) mit dem wissenschaftlich geprüften schwedischen Originalextrakt SHR-5 aus Rhodiola rosea unterstützt Ihren Körper bereits ab der ersten Einnahme, stressresistenter zu werden. Die volle Wirkung entfaltet sich nach ca. 2 Wochen, und das ohne Abhängigkeitspotential und ohne bekannte Neben- oder Wechselwirkungen. So sind Sie den täglichen Herausforderungen schnell wieder gewachsen.



### Rhodiolan® 200 – Lass' Dich nicht stressen

Rhodiolan® 200 – Nahrungsergänzungsmittel mit einem Extrakt Rhodiola rosea (Rosenvuorz) aus Schweden. Rhodiolan® 200: 1 Kapsel enthält: 250 mg Extraktzubereitung aus Rhodiola rosea (200 mg Extrakt (2,5:5:1), 50 mg Maltoextrakt), 3,3 mg Calciumpanthothenat (entspricht 3 mg Pantothensäure). Für Schwangeren, Stillende, Frauen in der Menstruation, Kinder, Jugendliche, Personen mit Nieren- oder Lebererkrankungen, Personen, die Rhodiolan® 200 ist frei von Lactose und Gluten.

Dr. Loges + Co. GmbH – Wissen (Lube) Mit Natur und Verstand

#### Verbessern Nahrungsergänzungsmittel die Augengesundheit?

Der ergänzende Einsatz der Präparate ist durchaus empfehlenswert. Ausgewählte Vitamine und Mineralstoffe verlangsamen laut Studien den degenerativen Prozess bei der AMD. Helfen können sie die Erkrankung nicht. Eine solide Basis bildet eine gesunde Ernährung mit ausreichend Vitaminen, Mineralien und sogenannten Antioxidanzien. Grundsätzlich sollten Sie Ihre Augen regelmäßig kontrollieren lassen.

#### Ich bin seit vielen Jahren Diabetikerin und habe eine diabetische Retinopathie. Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

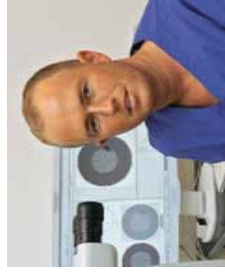
Ganz wichtig bei dieser Netzhautveränderung ist die optimale Blutzuckereinstellung, damit die kleinen Gefäße im Auge nicht weiter geschädigt werden. Mit Laserbehandlungen kann der Arzt undichte beziehungsweise neugebildete Gefäße veröden. Hat sich zusätzlich ein Makulaödem gebildet, verläuft die Therapie ähnlich wie die schon beschriebene Injektionsbehandlung bei der feuchten AMD.

#### Ich habe von der Untersuchungsmethode der optischen Kohärenztomographie (OCT) gehört. Wann ist sie sinnvoll?

Für die Erstdiagnose und die Nachkontrolle von Netzhauterkrankungen ist die OCT-Untersuchung besonders aussagekräftig. Denn in den abgestuft dargestellten Netzhautschichten kann der Arzt Veränderungen bereits in einem sehr frühen Stadium erkennen. Derzeit übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen die Kosten nicht.

#### Ich leide sehr unter trockenen Augen und Fremdkörpergefühl. Was hilft?

Meist werden »künstliche Tränen« eingesetzt. Der Augenarzt kann beurteilen, welches der vielen erhaltenden Präparate beim jeweiligen Problem ratsam ist. Dazu führt er verschiedene Tests durch, die die



Dr. Till C. Werner



Dr. Valeska Müller

Zusammensetzung der Tränenflüssigkeit untersuchen. Als Betroffener sollten Sie auch auf ein gutes Raumklima sowie viel frische Luft und Schlaf achten. Erwas Geduld bei der Therapiefindung ist ebenfalls nötig.

Weitere Informationen und kostenlose Broschüren zur Altersabhängigen Makula-Degeneration, zur diabetischen Retinopathie und zum diabetischen Makulaödem bietet die Initiative »Bewahren Sie Ihr Augenlicht« unter der Telefonnummer 0800 7234103 sowie im Internet. Den Link dazu finden Sie unter [www.aponet.de/linkliste/2015/2b](http://www.aponet.de/linkliste/2015/2b) •

Peter Erik Feilzer