



Feuchtigkeit für trockene Augen

Im Herbst und Winter stressen Kälte, Wind und Heizungsluft die Augen – die Folge sind trockene Augen, Rötungen, Brennen und Jucken. Das Symptom „Trockenes Auge“ entsteht, wenn Tränenflüssigkeit nicht ausreichend produziert wird oder nicht optimal zusammengesetzt ist.

Oft werden die Beschwerden von den Betroffenen als nicht behandlungsbedürftig angesehen und es erfolgt keine oder nur eine unzureichende Therapie. Das trockene Auge ist jedoch keine harmlose Befindlichkeitsstörung, es sollte behandelt werden.

Woran erkenne ich trockene Augen?

Subjektive Symptome:

- Fremdkörper- oder Sandkorngefühl
- Trockenheit
- Juckreiz, Brennen
- Schmerzen
- Bindehautrötung



Mögliche Ursachen trockener Augen



Äußere Faktoren:

- Arzneimittel (z.B. Antidepressiva, Betablocker)
- Trockene, klimatisierte Luft
- Trockene Heizungsluft
- Zigarettenrauch
- Ozon
- Unverträglichkeit von Kontaktlinsen
- konzentrierte Bildschirmarbeit (durch zu geringe Lidschlag-Frequenz verdunstet der Tränenfilm stärker)

Innere Faktoren:

- altersbedingte Veränderungen der Schleimhäute
- hormonell bedingte Veränderungen der Tränenflüssigkeit in Schwangerschaft oder Wechseljahren
- unzureichender Schlaf, Vitamin A-Mangel
- Erkrankungen der Tränendrüsen (z.B. Entzündungen)

i

Schon gewusst?

- Ungefähr 80 % unserer Sinneseindrücke nehmen wir über das Auge wahr
- In Deutschland leiden rund 10 Millionen Menschen unter „trockenen Augen“
- Frauen sind häufiger betroffen als Männer, was vor allem auf die hormonellen Umstellungen in den Wechseljahren zurückzuführen ist.

Tipps gegen trockene Augen:

- Zusätzliche Reizung der Augen meiden, z.B. durch Reiben, Zugluft oder Kontaktlinsen
- Öfter Blinzeln hilft, die Augenoberfläche sauber und feucht zu halten.
- Durch Lüften, Zimmerpflanzen und Luftbefeuchter für hohe Luftfeuchtigkeit sorgen.
- Gönnen Sie Ihren Augen mehrmals täglich den Blick in die Ferne
- Machen Sie kurze Pausen bei der Bildschirmarbeit oder bei der Autofahrt
- Schließen Sie mehrmals täglich für 2 – 3 Minuten die Augen
- Häufig an die frische Luft gehen
- Trinken Sie reichlich, denn ein ausreichender Flüssigkeitshaushalt hält auch die Augen feucht

Hinweis: Bei jeglicher Augensymptomatik sollte die Diagnose ärztlich abgeklärt werden.



Schöllkraut hilft gegen trockene Augen.
Mehr Infos auf Seite 2

Wie hilft Schöllkraut gegen trockene Augen?

Zur Behandlung trockener Augen eignet sich eine Pflanze, die die Funktion der Meibomschen Drüse (Talgdrüse am Rand der Augenlider) unterstützt und so dazu beiträgt, dass Menge und Zusammensetzung des Tränenfilms wieder ins Gleichgewicht kommen.

Eine solche Heilpflanze ist das Schöllkraut (*Chelidonium majus*).

Schöllkraut...

- ...regt die Tränensekretion an
- ...wirkt leicht entspannend
- ...wirkt leicht schmerzlindernd.

Schöllkraut verbessert die körpereigene Tränenproduktion. Damit sind Augentropfen mit Schöllkraut (z. B. *Chelidonium Rh D4* Augentropfen von Weleda) nicht nur ein kurzfristig wirkender Tränenersatz, sondern sie fördern die Tränensekretion der Augen und helfen ihnen, selbst wieder ausreichend Flüssigkeit zu produzieren.

VORSICHT vor KAMILLE:

Benutzen Sie – entgegen der Volksmedizin – keine Kamillenblüten für Augenbäder. Die feinen Härchen an der Kamille reizen die Bindehaut zusätzlich. In manchen Fällen führt Kamille sogar zu allergischen Reaktionen.



Geschichtlicher Hintergrund: Schöllkraut

Schon im ersten Jahrhundert nach Christi Geburt wies der Geschichtsschreiber Plinius auf die heilsame Wirkung von Schöllkraut (*Chelidonium*) am Auge hin. Er empfahl es, um dem Auge Glanz zu geben und das Sehen zu verbessern. Mit anderen Worten: um den Tränenfilm zu verbessern.

Alles Gute für Ihre Augen mit WELEDA Arzneimitteln

Von trockenen und geröteten Augen sowie vermehrter Tränenabsonderung bis hin zur eitrigen Bindehautentzündung – Weleda bietet wirkungsvolle Heilpflanzenauszüge für verschiedene Erkrankungen.

Bindehautentzündung mit Tränenfluss	●		
Lidödeme	●		
Eitrige Bindehautentzündung		●	
Trockene Augen			●
	Euphrasia D3 Augentropfen	Calendula D4 Augentropfen	Chelidonium Rh D4 Augentropfen
	Ab dem Säuglingsalter	Ab dem Säuglingsalter	Ab 12 Jahren
	<ul style="list-style-type: none"> • Lindern Beschwerden bei entzündeten, brennenden und tränenden Augen; Lidödeme, vor allem auf allergischer Grundlage • Augentrost wirkt reizlindernd und lässt Entzündungen abklingen • Für die Anwendung während der Allergiesaison • Für Kontaktlinsenträger geeignet 	<ul style="list-style-type: none"> • Wirken reizlindernd und unterstützen den Heilungsprozess bei eitriger Bindehautentzündung • Die Heilpflanzenauszüge aus der Ringelblume hemmen das Wachstum von Bakterien und Viren auf dem Tränenfilm • Hinweis: Bei einer eitrigen Bindehautentzündung sollte man zum Arzt! 	<ul style="list-style-type: none"> • Fördern die Tränensekretion der Augen bei trockener Bindehaut • Schöllkraut verbessert die körpereigene Tränenproduktion • Helfen dem Auge, selbst wieder ausreichend Flüssigkeit zu produzieren



PRESSEKONTAKT:

Mathilde Betti, Pressereferentin Weleda Arzneimittel
Telefon: 07171 / 919 – 911, E-Mail: mbetti@weleda.de

Pressebilder und weitere Infos unter "Augenbeschwerden":

<http://www.weleda.de/Unternehmen/Presse/Presse-Downloads>

Euphrasia D3 Augentropfen **Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: Katarrhalische Entzündungen am Auge, die mit vermehrter Tränenabsonderung einhergehen; Lidödeme, vor allem auf allergischer Grundlage. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. **Calendula D4** Augentropfen. **Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehört eitrige Bindehautentzündung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. **Chelidonium Rh D4**. **Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehört die Anregung der Tränensekretion bei trockener Bindehaut und trockener Bindehautentzündung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Weleda AG Schwäbisch Gmünd