

# Im Blick

Der 3-Stufenplan

## Trockene Augen





Liebe Patientin, lieber Patient,

Ihre Augen brennen und jucken, sind gerötet? Sie haben das Gefühl, als befänden sich viele kleine Sandkörner im Auge, jeder Lidschlag schmerzt? Sie sind lichtempfindlich? Die Lider fühlen sich schwer an, die Augen sind morgens verklebt und tränen häufig?

Dann zählen Sie vermutlich zu den etwa zehn Millionen Menschen, die allein in Deutschland unter dem Beschwerdebild des »Trockenen Auges« leiden. Die Ursachen sind vielfältig, die Diagnostik und Behandlung auch deshalb anspruchsvoll. Wir, die Augenärzte am Platz der Luftbrücke, verfügen über die Erfahrung und instrumentelle Ausstattung, um Ihre Beschwerden lindern zu können.

In dieser Broschüre finden Sie einen ersten Überblick über das Krankheitsbild und die Therapiemöglichkeiten. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen. Und dann: Sprechen Sie bitte mit uns. Wir freuen uns darauf, Ihre Lebensqualität zu verbessern.

Ihr Dr. med. Febrer Bowen  
und das Team der Augenärzte am Platz der Luftbrücke

*»Hinter jedem Auge sehen  
wir den Patienten. Immer.«*



## 6 Krankheit verstehen

- 6 Warum Tränen wichtig sind
- 8 Wie Trockene Augen entstehen
- 9 Was die Meibom-Drüsen beeinträchtigt

## 8 Die Behandlung

- 8 Schonender Therapieplan in drei Stufen
- 12 Was Sie selbst tun können

## 12 Nützliches & Wissenswertes

- 12 Informationen zu den Kosten
- 13 Platz für Ihre Notizen

## 14 Wir für Sie – Informationen über unsere Praxis

- 14 Unser Team
- 19 Ihr Weg zu uns

## Krankheit verstehen

### Warum Tränen wichtig sind

Wenn die Drüsen im Auge ausreichend Tränenflüssigkeit produzieren, ist das kein Grund zum Weinen – ganz im Gegenteil: Das komplexe Gemisch aus unterschiedlichen Sekreten ist unabdingbar, damit das Auge gesund bleibt und nichts die Sicht trübt.

Die Tränen halten die Augen durch permanente Benetzung feucht und versorgen sie mit Nährstoffen, etwa Salzen und Enzymen. Darüber hinaus erfüllt die Tränenflüssigkeit eine wichtige Reinigungs- und Abwehrfunktion, die durch verschiedene Antikörper und bakterientötende Substanzen getragen wird.

Der Tränenfilm besteht überwiegend aus einem feuchtigkeitsspendenden, wässrigen Anteil, der von den Tränendrüsen an den äußeren Rändern der Oberlider abgegeben wird. Damit dieser die Oberfläche der Augen immer lückenlos benetzt, werden von den Drüsen der Lidränder (Meibom-Drüsen) ölige Substanzen produziert. Dieses Fett bildet einen dünnen Film auf der wässrigen Schicht und verhindert somit deren Verdunstung. Mit jedem Lidschlag wird dieser zweischichtige Tränenfilm gleichmäßig über die gesamte Augenoberfläche verteilt.

Vergleichbar dem Zusammenwirken von Scheibenwischer und korrekt gemixter Waschlösung auf der Windschutzscheibe sorgen Lidschlag und Tränenflüssigkeit für klare Sicht. Bei trockenen Augen ist dagegen die Sicht getrübt und der Schutz beeinträchtigt. Langfristig besteht die Gefahr von Binde- und Hornhautentzündungen oder einer dauerhaften Einschränkung des Sehvermögens.

Trockene Augen sind – neben durch Allergien bedingte Augenbeschwerden – das häufigste Augenleiden überhaupt.



#### Zum tieferen Verständnis

#### Fachbegriffe für Wissbegierige

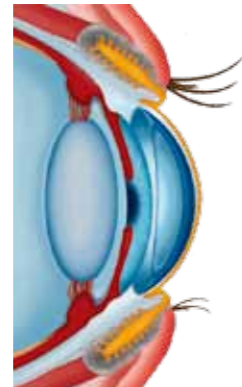
- **Meibom-Drüsen:** Talgdrüsen an den Lidrändern, benannt nach dem Mediziner Heinrich Meibom (1638–1700). Sie produzieren den tränenstabilisierenden Fettfilm.
- **Hyposekretion:** Zu geringe Produktion von Sekreten, z. B. der Tränenflüssigkeit. Eher seltene Ursache der Trockenen Augen.
- **Hyperevaporation:** Starke Verdunstung, z. B. der Tränenflüssigkeit. Häufigste Ursache der Trockenen Augen infolge fehlerhafter Produktion des Ölfilms durch die Meibom-Drüsen, auch bezeichnet als *Meibom-Drüsen-Dysfunktion*.
- **Epiphora:** Starker Tränenfluss. Kann Symptom der Trockenen Augen sein, wenn die wässrige Flüssigkeit aufgrund eines instabilen Fettfilms nicht auf der Augenoberfläche verbleibt.

## Krankheit verstehen

### Wie Trockene Augen entstehen

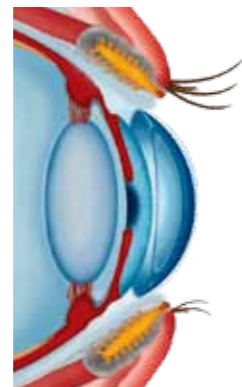
Auf den ersten Blick scheint der Grund für Trockene Augen klar: eine zu geringe Tränenproduktion. Doch anders als man früher dachte, ist solch eine Funktionsstörung der Tränendrüsen eher selten der Auslöser. Stattdessen ist meist die Menge und/oder Zusammensetzung des Fettanteils der Tränenflüssigkeit zu gering oder fehlerhaft. Dadurch wird der Tränenfilm instabil, die Fettschicht reißt auf und das Wasser verdunstet oder läuft über die Lidkante ab. Daher kommt es bei vielen Betroffenen auch zu tränenden Augen, obwohl das Auge selbst austrocknet.

Ursache dieses Ungleichgewichts sind Funktionsstörungen der Meibom-Drüsen. Rund 20–30 dieser Talgdrüsen sitzen an jedem Augenlid. Sind sie entzündet, vernarbt oder verstopft, können sie nicht mehr genug der öligen Substanz abgeben, die den Tränenfilm stabilisiert.



#### Gesunde Meibom-Drüsen

Auf dem linken Bild sind die unauffälligen Drüsen am Rand des unteren Augenlids zu sehen. Im Querschnitt (Blick von der Seite) rechts ist zu erkennen, dass das von den oben und unten liegenden Drüsen abgegebene Sekret (gelb) einen Fettfilm auf der gewölbten Augenoberfläche bildet.



#### Meibom-Drüsen mit eingeschränkter Funktion

Auf dem linken Bild sind entzündeten, verstopften Drüsen am Rand des unteren Augenlids zu sehen. Der Querschnitt rechts zeigt, wie aufgrund der eingeschränkten Sekretproduktion der Fettfilm auf der Augenoberfläche fehlt bzw. gerissen ist.

## Krankheit verstehen

### Was die Meibom-Drüsen beeinträchtigt

Verschiedene Faktoren können die Funktion der Meibom-Drüsen beeinflussen und damit Trockene Augen verursachen oder vorhandene Beschwerden verstärken.

#### Altersbedingt

Mit dem Alter steigt die Gefahr für Trockene Augen. Das hat vor allem zwei Gründe: Zum einen sinkt die Aktivität der Meibom-Drüsen bis zum 80. Lebensjahr um die Hälfte, zum anderen verringert die sinkende Östrogenmenge bei Frauen die Fähigkeit von Haut und Augen, Feuchtigkeit zu speichern.

#### Äußere Einflüsse

Zu den häufigsten Ursachen zählen trockene Heizungsluft, Klimaanlage und Zugluft sowie Bildschirmarbeit und Rauchen. Auch Luftschadstoffe wie Feinstaub und Chemikalien sowie das Tragen von Kontaktlinsen erhöhen das Risiko für Trockene Augen.

#### Innere Einflüsse

Eine Lidrandentzündung kann die Meibom-Drüsen in Mitleidenschaft ziehen. Ein ernährungsbedingter Mangel an Omega-3-Fettsäuren oder chronische Krankheiten wie Diabetes, Rheuma, Schilddrüsenstörungen und Hauterkrankungen können entsprechende Symptome hervorrufen oder verstärken. Nicht zu vergessen sind Medikamente als möglicher Auslöser – etwa Wasser-tabletten, Betablocker oder Schlafmittel.

#### Auf einen Blick

#### Typische Symptome bei Trockenen Augen

- Fremdkörpergefühl
- Brennen und Jucken
- Schmerzen beim Öffnen und Schließen der Lider
- Unscharfes Sehen
- Lichtempfindlichkeit
- Rötung der Lidränder und der Bindehaut
- Verklebte Lider am Morgen
- Tränenfluss

## Die Behandlung

### Schonender Therapieplan in drei Stufen

*An erster Stelle stehen ein ausführliches Gespräch und die sorgfältige Untersuchung Ihrer Augen. Haben wir bei Ihnen das Krankheitsbild »Trockene Augen« aufgrund einer Störung der Meibom-Drüsen diagnostiziert, wird je nach individuellem Schweregrad ein abgestufter Behandlungsplan aufgestellt.*

Zunächst sollten zugrunde liegende Erkrankungen oder Störfaktoren soweit möglich behandelt oder beseitigt werden. Erst wenn diese konsequente Basistherapie nicht ausreicht, folgt gegebenenfalls eine Behandlung mit Tränenersatzlösungen und – bei entzündlichen Verläufen – milden Antibiotika.

Mit dem 3-Stufenplan, also der Kombination von akkurater Lidhygiene und Lidrandhygiene, dem Lösen von Verstopfungen der Meibom-Drüsen sowie der Anwendung von Medikamenten, können wir Ihre Beschwerden lindern. Darüber hinaus können Sie selbst Einiges tun, um den Verlauf zu verbessern (→ S. 12).

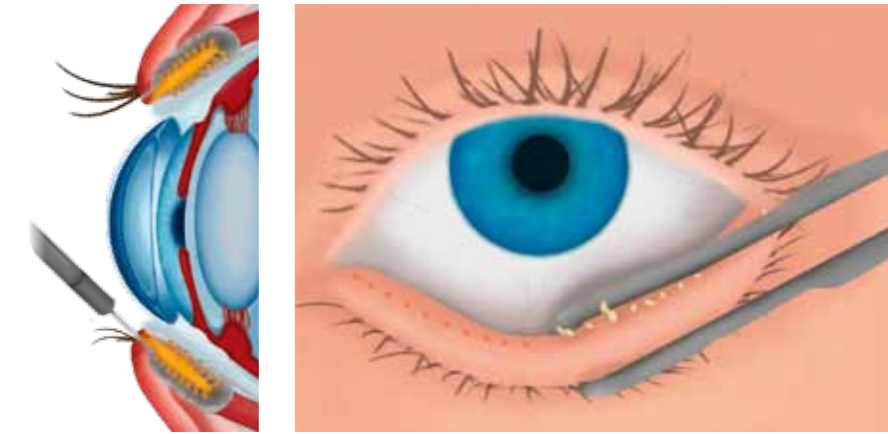
#### Stufe 1 – die Wärmebrille

Die Wärmebrille wurde speziell für die Behandlung von Funktionsstörungen der Meibom-Drüsen entwickelt. Sie erzeugt mit konstanter Temperatur ein feucht-warmes Milieu im Bereich der Augenlider und Hornhaut, ähnlich wie in den Tropen. Damit lassen sich Verkrustungen im Lidbereich lösen, gestautes Meibom-Drüsen-Sekret verflüssigen, die Hornhautoberfläche befeuchten und der Tränenfilm stabilisieren.

Die Behandlung mit der Wärmebrille dauert 15–20 Minuten, eventuell muss diese Anwendung in unserer Praxis 2- bis 3-mal wiederholt werden.

#### Stufe 2: Sekretlösung

Das linke Bild zeigt das Sondieren einer verstopften Drüse am Unterlid, um den Ausführungsgang wieder zu öffnen. Mit der speziellen Druckpinzette (Bild rechts) wird das Lid zusammengedrückt und das Sekret herausgepresst.



#### Stufe 2 – das Lösen von Sekret

Mit einer speziellen Druckpinzette können die Meibom-Drüsen samt ihrer Ausführungsgänge von Sekretverstopfungen befreit werden. Der Eingriff ist schmerzfrei, da vorab lokal betäubende Augentropfen verabreicht werden.

Zunächst erfolgt eine 15-minütige Vorbehandlung mit der Wärmebrille. Damit das gestaute Sekret leichter entweichen kann, können dann die Meibom-Drüsen punktiert werden. Anschließend wird das Sekret mit der Pinzette herausgedrückt.

#### Stufe 3 – Medikamente

Liegt eine besonders schwere Entzündung der Augenlider vor, werden entzündungshemmende und antibiotische Medikamente direkt auf die Meibom-Drüsen aufgebracht.

#### Außerdem ...

Tränenersatzmittel (»Künstliche Tränen«) sollen durch die Behandlung der Lidränder auf ein Minimum reduziert werden. Jedoch kann in einigen Fällen die Gabe von Tabletten, Salben und Tropfen den weiteren Verlauf positiv beeinflussen.

Die Behandlung

**Was Sie selbst tun können**

Sie können selbst einiges tun, um einer Verstopfung der Meibom-Drüsen vorzubeugen und um unsere Therapie zu unterstützen. Sie können auch zu Hause Ihre Lider regelmäßig reinigen und massieren – wie Sie dabei am besten vorgehen, erklären wir Ihnen genau.

Mit dauerhaftem Rauchverzicht und einer an Omega-3-Fettsäure reichen Ernährung (regelmäßig Fettfisch, Lein-, Raps-, Walnussöl) tragen Sie ebenfalls zur Behandlung bei. Achten Sie auf eine eher hohe Luftfeuchtigkeit in den Innenräumen. Meiden Sie zudem Zugluft von Klimaanlage (z. B. im Auto) und verzichten Sie auf Schminke im Augenbereich.



Nützliches & Wissenswertes

**Kosten für die Behandlung**

Die Untersuchung und Therapie von Trockenen Augen sind keine Leistung der gesetzlichen Krankenkassen. Daher werden die Kosten von dieser nicht übernommen, der Betroffene muss sie selber tragen. Als Orientierungshilfe können Sie pro Behandlung mit Kosten um 90,- Euro rechnen.

Nützliches & Wissenswertes

**Platz für eigene Fragen & Anmerkungen**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

NOTIZEN

# AUGENÄRZTE AM PLATZ DER LUFTBRÜCKE



## Wir für Sie Unser Team

*Wir möchten, dass Sie zu uns mit Zuversicht sowie mit Vertrauen in unser Team kommen. Wir wollen Ihnen das Gefühl geben, gut aufgeklärt zu werden und jederzeit willkommen zu sein. Wir arbeiten ständig daran, dass uns das gelingt.*

»Mir wurde alles sehr behutsam und nett näher gebracht. Ich fühlte mich vor Ort in guten Händen.«

»Mit dem Team war ich sehr zufrieden. Alle Fragen wurden beantwortet, und man hat sich viel Zeit genommen. Ich war begeistert.«

»Die Beratung fand ich einfach nur toll. Das Praxisteam hat sich sehr viel Mühe gegeben und auch sehr viel Zeit für mich genommen. Mir wurde alles sehr ausführlich erklärt, so dass ich ohne offene Fragen und mit einem guten Gefühl aus dem Gespräch ging.«

»Es war ein wunderbares, sehr ehrliches Gespräch. Meine Augen wurden sehr gründlich untersucht. Das Fachpersonal hat mir alles sehr verständlich erklärt.«

»So stelle ich mir einen Arzt vor – kompetente und ausführliche Information und umfassende Beratung vor der OP, reibungsloser Ablauf und Nachsorge im Interesse des Patienten. Auch bei allen anderen Terminen sind der Doc und seine Helferinnen immer freundlich, zuvorkommend und hilfsbereit.«





*»In all den Stationen als Arzt und Augenchirurg im In- und Ausland ging es mir stets um mehr als um die Augen der Patienten. Ich sehe immer den Menschen, dem ich helfen kann, mehr Freude und Erfüllung in seinem Alltag zu erleben. Das macht mich glücklich.«*

Dr. med. Bernhard Febrer Bowen  
Augenarzt und Augenchirurg

Als eines von sechs Kindern einer Augenärztin war für Dr. Bernhard Febrer Bowen die Augenheilkunde von Kindesbeinen an Teil seines Lebens. Als jüngster Rettungssanitäter Deutschlands lernt er schon früh, mit Patienten umzugehen, Verantwortung zu tragen und wichtige Entscheidungen zu treffen. Nach seinem Studium in Aachen und Innsbruck sammelte er in seiner Weiterbildung und als Facharzt für Augenheilkunde internationale Erfahrungen in Essen, London, Barcelona und München. Zahlreichen Leitungspositionen folgte 2015 die Niederlassung als Augenarzt und Augenchirurg am Platz der Luftbrücke. Mit der Erfahrung von mittlerweile über 25.000 Operationen gehört er zu den führenden Experten auf dem Gebiet der Augenchirurgie. In seiner Freizeit ist er leidenschaftlicher Rad- und Wassersportler.

Dott.ssa Maceda Gurabardhi  
Augenärztin und Augenchirurgin

Früh stand für Maceda Gurabardhi fest, dass sie Augenärztin werden wollte. Aus Interesse wurde Leidenschaft, die sie über die gesamte Schulzeit begleitete. Nach dem Medizinstudium in Padua/Italien hat sie während der Facharztausbildung und mehrjährigen ärztlichen Tätigkeit an verschiedenen renommierten augenmedizinischen Einrichtungen in Italien und Deutschland gearbeitet. Besonders in der Behandlung von Netzhauterkrankungen sowie im Bereich der plastisch-ästhetischen Chirurgie hat Dottorressa Gurabardhi Erfahrungen gesammelt, die sie jetzt als Fachärztin einbringt.



*»Ich freue mich sehr darüber, in und mit solch einem tollen Team zu arbeiten. Wir alle finden es erfüllend, unseren Patientinnen und Patienten zu besserem Sehen und Aussehen zu verhelfen!«*

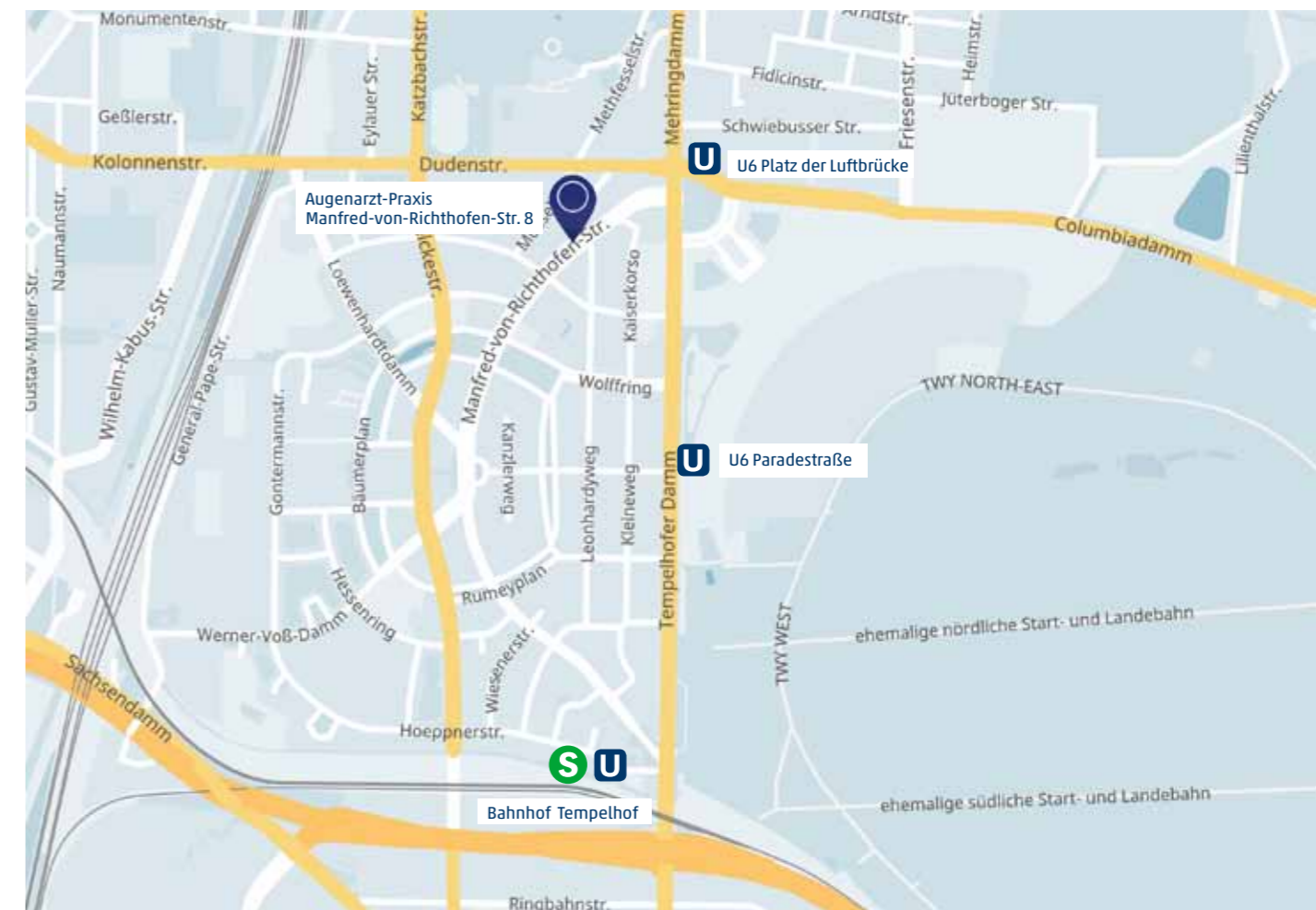


Guter Service und beste Beratung sind für uns selbstverständlich. Wir arbeiten alle mit Begeisterung und Hand in Hand, um Ihnen die optimale Behandlung zukommen zu lassen.  
*Wir freuen uns auf Sie!*



## Ihr Weg zu uns

Die **Augenarztpraxis** in der Manfred-von-Richthofen-Straße 8 ist vom U-Bahnhof Platz der Luftbrücke (U6) bequem in zwei Gehminuten zu erreichen. Auch Busse der Linien 104 (Haltestelle Platz der Luftbrücke) und 248 (Haltestelle Kaisertorso) bringen Sie zu uns. Bitte beachten Sie, dass es in Praxishöhe nur wenige öffentliche Parkplätze gibt.



**Augenarztpraxis**

Manfred-von-Richthofen-Straße 8 | 12101 Berlin

**Tel. (030) 786 60 62**

[info@augen-arzt-berlin.de](mailto:info@augen-arzt-berlin.de)  
[www.augen-arzt-berlin.de](http://www.augen-arzt-berlin.de)

Haben Sie Fragen? Wir sind gerne persönlich für Sie da!  
Buchen Sie jetzt auch bequem online Ihren Termin!

