

Blinzeln reicht nicht

Sicca-Syndrom-- Das Trockene Auge betrifft circa 16 Prozent der Deutschen. Was oft mit Brennen und Fremdkörpergefühl beginnt, kann unbehandelt zu bleibenden Schäden führen. Eine gezielte Therapie ist daher sinnvoll.

TEXT: ANNETTE THOMAS

Beim Trockenen Auge (Keratoconjunctivitis sicca, Sicca-Syndrom) liegt entweder ein Mangel an Tränenflüssigkeit oder eine gestörte Zusammensetzung des Tränenfilms vor. Letzter besteht aus drei Schichten: Die innere Muzinschicht sorgt für die Haftung des Tränenfilms auf der Augenoberfläche. Die mittlere, wässrige Schicht reinigt das Auge, wehrt Keime ab und versorgt die Hornhaut mit Nährstoffen. Die äußere Lipidschicht wird von den Meibomdrüsen gebildet und verhindert ein Verdunsten der wässrigen Schicht. Durch den Lidschlag wird der Tränenfilm alle paar Sekunden gleichmäßig auf der Augenoberfläche verteilt.

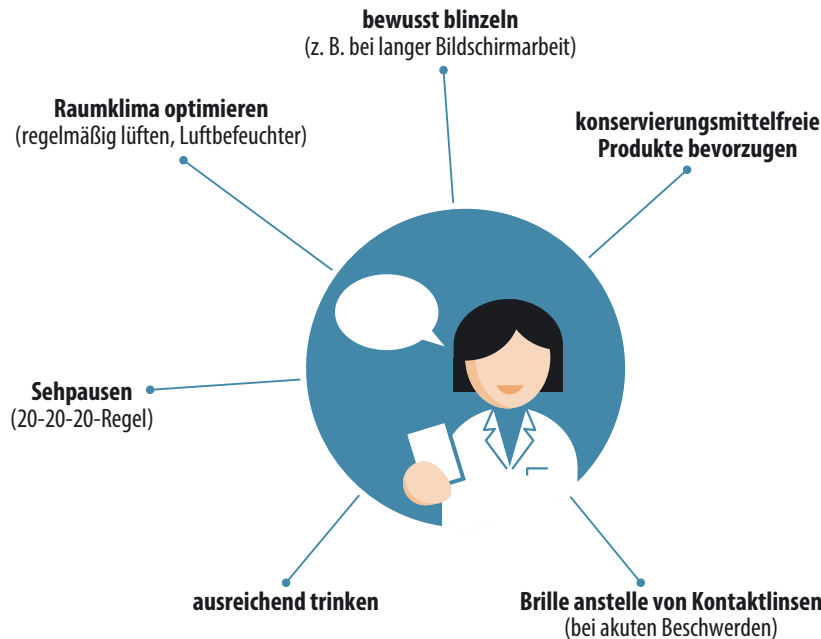
Eine Dysfunktion der Meibomdrüsen gilt als häufigste Ursache für das Sicca-Syndrom. Bei bis zu 80 Prozent der Betroffenen ist dadurch die Lipidphase (äußere Lipidschicht) gestört. Unbehandelt können trockene Augen zu entzündlichen Defekten an der Horn- und Bindehaut, chronischen Augenschmerzen, erhöhtem Infektionsrisiko (z. B. bakterielle Bindehautentzündung) und in schweren Fällen zu Vernarbungen, Hornhauttrübungen oder einer merklichen Einschränkung der Sehkraft führen. Risikofaktoren sind das steigende Lebensalter, hormonelle Veränderungen in den Wechseljahren, lange Bildschirmzeiten sowie äußere Reize wie Rauch, tro-

ckene Heizungs- oder Klimaanlage Luft und das Tragen von Kontaktlinsen. Grunderkrankungen wie Diabetes oder atopische Dermatitis gehen oft mit trockenen Augen einher. Zudem können einige Arzneimittel die Beschwerden fördern. Dazu zählen Betablocker, Antidepressiva und Antihistaminika sowie die in Augentropfen und -salben verwendeten Hilfsstoffe Benzalkoniumchlorid und Wollwachs.

Neulich in der Apotheke

Eine Kundin mittleren Alters leidet unter müden, brennenden und tränenden Augen. Sie ist Kontaktlinsenträgerin und arbeitet in ihrem Beruf täglich mehrere

Beratungstipps zum Trockenen Auge



Diese Beratungstipps können dazu beitragen, die Symptome des Trockenen Auges zu lindern.

Stunden am PC. Im Laufe des Arbeitstages nehmen die Beschwerden zu: Das Sehen wird anstrengender, die Konzentration lässt nach und der Kopf beginnt zu schmerzen. Die Beschwerden beeinträchtigen zunehmend ihre Leistungsfähigkeit im Beruf, weshalb sie immer häufiger Kopfschmerztabletten einnimmt.

Einordnung

Die Frau befindet sich vermutlich in den Wechseljahren. Mit regelmäßiger Bildschirmarbeit sowie dem Tragen von Kontaktlinsen bringt sie weitere Risikofaktoren für trockene Augen mit.

Eine gezielte Therapie ist hier nicht nur sinnvoll, um dauerhafte Augenschäden zu vermeiden, sondern auch, um den häufigen Schmerzmittelkonsum einzudämmen.

Abklärung

Die Kundin liefert bereits wichtige Hinweise auf mögliche Ursachen ihrer Beschwerden. Dennoch müssen weitere Punkte abgeklärt werden. Bestehen die Symptome länger, treten Schmerzen oder Sehstörungen auf, liegen Augenverletzungen vor oder besteht der Verdacht

auf eine bakterielle oder virale Infektion, ist eine augenärztliche Abklärung erforderlich. Gleiches gilt, wenn bereits Tränenersatzmittel angewendet wurden, ohne eine dauerhafte Besserung zu erzielen.

Empfehlungen

Wird die Augenoberfläche nicht ausreichend benetzt oder ist die Zusammensetzung des Tränenfilms gestört, ist das behandlungsbedürftig. Je nach Ausprägung der Symptome sind wässrige oder lipidhaltige Tränenersatzmittel die richtige Wahl, um die Menge und die Qualität des Tränenfilms zu verbessern. Ergänzend kann die tägliche Lidrandhygiene empfohlen werden.

Wässriger Tränenersatz

Die meisten befeuchtenden Augentropfen enthalten den Wirkstoff Hyaluronsäure. Das Polysaccharid kann große Mengen an Wasser speichern und legt sich als schützender Film über die Augenoberfläche, wodurch eine langanhaltende Befeuchtung erreicht wird. In manchen Präparaten sind zusätzlich Ectoin und/oder Dexpanthenol oder Trehalose enthalten. Diese haben ebenfalls die Fähigkeit, Wasser zu binden. Andere künstliche Tränenflüssigkeiten enthalten viskositätserhöhende Substanzen, um die Verweildauer auf dem Auge

TRÄNENERSATZPRODUKTE LIEFERN FEUCHTIGKEIT ODER LIPIDE FÜRS AUGE

zu erhöhen. Bei leichteren Beschwerden eignen sich beispielsweise Polyvinylpyrrolidon (Povidon) oder Polyvinylalkohol. Etwas stärker wirksam sind Cellulosederivate wie Hypromellose oder Carbomer. Die Benetzung und Verweildauer können durch weitere viskositätserhöhende Polymere wie Guaraprolone oder durch Feuchthaltemittel wie Glycerol verstärkt werden. Salben und (bestimmte) Gele verweilen länger als wässrige Lösungen auf der Augenoberfläche. Das erhöht ihre Einwirkzeit. Damit haben sie eine längere Wirk-

dauer und eignen sich deshalb für die Anwendung vor dem Schlafengehen beziehungsweise über Nacht. Kurzfristiges verschwommenes Sehen nach der Anwendung ist möglich.

Lipidhaltiger Tränenersatz

Führen wässrige Augentropfen nicht zum gewünschten Erfolg, können lipidhaltige Produkte empfohlen werden. Diese enthalten beispielsweise mittelkettige Triglyceride, Phospholipide, Paraffin oder Rizinusöl. Verwendung findet auch Perfluorhexyloctan. Das ist eine li-

pophile Substanz, die sich schnell im Auge verteilt und das Sehvermögen nicht beeinträchtigt. Neben Augentropfen sind liposomale Augensprays verfügbar: Diese werden auf das geschlossene Augenlid gesprüht und wandern über den Lidrand ins Auge. Sie enthalten zum Beispiel Lecithin sowie die Vitamine A und E.

Lidrandpflege

Werden die Symptome durch verstopfte Meibomdrüsen verursacht, empfiehlt sich außerdem eine regelmäßige Lid-



Foto: Andrii Borodai, Getty Images

Anzeige



Stark gegen Schuppen und sanft zur Kopfhaut.

MIT DEM GESUNDEN pH-WERT 5,5

NACH 4 WOCHEN

BIS ZU 95%

WENIGER SCHUPPEN

Bei empfindlicher Kopfhaut, für normales Haar.



Lindert Juckreiz, für schnell fettendes Haar.

*ANTISCHUPPEN SHAMPOO Studie „Antischuppen-Wirkung“, Institut Dr. Schrader, Holzminden 2006, bei regelmäßiger Anwendung; ANTISCHUPPEN SHAMPOO PLUS Studie „Antischuppen-Wirkung“, Institut Dr. Schrader, Holzminden 2015, bei regelmäßiger Anwendung.

MADE IN GERMANY

0% Mikroplastik • 0% Silikone • vegan

sebamed Produkte sind in über 400 Studien dermatologisch-klinisch getestet.



Grafik: DAS PTA MAGAZIN/DAV



Trockene, brennende oder müde Augen durch zu seltenes Blinzeln bei konzentrierter Bildschirmarbeit werden auch als Office-Eye-Syndrom bezeichnet.

randpflege. Dazu können vor der Reinigung feuchtwarme Kompressen oder eine wärmende Augenmaske aufgelegt werden, um das verhärtete Sekret in den Drüsen zu verflüssigen. Anschließend werden die Lidränder vorsichtig massiert, um das Sekret aus den Drüsen zu drücken. Alternativ gibt es fertige Reinigungslotionen beziehungsweise getränkte Reinigungstücher. Wichtig ist, die Lidrandpflege regelmäßig durchzuführen, um eine dauerhafte Verbesserung zu erzielen.

Zusatzhinweise

Bei der Auswahl der Augentropfen sollten konservierungsmittelfreie Produkte (EDO/Mehrdosisssysteme) bevorzugt

werden. So lässt sich vor allem bei häufiger Anwendung ein zusätzliches Austrocknen durch Stoffe wie Benzalkoniumchlorid vermeiden. Während akuter Beschwerden empfiehlt sich das Tragen einer Brille anstelle von Kontaktlinsen. Wer viel am Bildschirm sitzt, sollte außerdem regelmäßige Erholungspausen für die Augen einlegen, zum Beispiel alle 20 Minuten für 20 Sekunden auf einen Punkt in mindestens 20 Fuß (ca. 6 Meter) Entfernung blicken (20–20–20-Regel). Die Pausen können auch mit einem Gang in die Küche verbunden werden, um ein Glas Wasser zu holen – denn auch ausreichendes Trinken ist wichtig, um die Tränenfilmproduktion zu unterstützen.*

Aus dem OTC-Sortiment*

Präparat	Wirkstoff(e)
wässriger Tränenersatz	
Artelac EDO Augentropfen	Hypromellose
Hylo Dual Intense Augentropfen	Hyaluronsäure, Ectoin
Hylo-Vision SafeDrop 0,1 % Augentropfen	Hyaluronsäure
Lac-Optal MP Augentropfen	Povidon
Vidisic EDO Augengel	Carbomer 980
lipidhaltiger Tränenersatz	
Optive plus Augentropfen	Carmellose, Glycerol, Rizinusöl
Systane Balance Benetzungstropfen für die Augen	dickflüssiges Paraffin, Propylenglykol, Guarprolose
Tears Again liposomales Augenspray	Lecithin, Retinolpalmitat
Thealoz Duo Augentropfen	Trehalose, Hyaluronsäure
Lidrandpflege	
Blephaclean Kompressen, steril	asiatischer Wassernabel-Extrakt, Iris florentina-Wurzel-extrakt, Hyaluronsäure
Blephasol Duo Lotion und Reinigungspads	Poloxamer
Posiforlid Augenmaske	Wirkung durch feuchte Wärme

*beispielhafte Nennungen ohne Anspruch auf Vollständigkeit

Foto: New Africa, stock.adobe.com

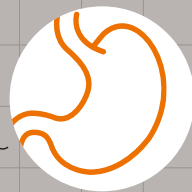
Gastrobin protect 20 mg Hartkapseln
Zusammensetzung: Wirkstoffe: Omeprazol/Sonstige Bestandteile: Kapselhülle: Natriumhydrogencarbonat (E500ii), Carboxymethylstärke-Natrium (Typ A) (Ph.Eur.), Natriumstearat (Ph.Eur.) (E485), Kapselhülle (Oberteil): Gelatine (E441), Eisen(III)-oxid (E172), Titandioxid (E171), Kapselhülle (Unterteil): Gelatine (E441) und Titandioxid (E171). **Anwendungsgebiete:** Dieses Medikament wird bei Erwachsenen zur kurzfristigen Behandlung von Refluxsymptomen (z. B. Sodbrennen, saures Aufstoßen) eingesetzt. **Gegenanzeigen:** Allergie gegen Omeprazol, Lansoprazol, Rabeprazol, Esomeprazol; Einnahme eines Arzneimittels, das Nifedipin zur Behandlung von HIV-Infektionen enthält. **Nebenwirkungen:** Häufig: Kopfschmerzen; Auswirkungen auf den Magen oder Darm: Durchfall, Magenschmerzen, Verstopfung, Blähungen; Übelkeit oder Erbrechen; Gärartige Polypen im Magen; Auswirkungen auf den Hals: Rötung der Zunge; Schwindel; Schlafstörungen (Schlaflosigkeit); Schwindel, Kribbelnde Gefühle wie „Ameisenlaufen“; Schläfrigkeit; Schwindelgefühl (Vertigo); Veränderungen der Ergebnisse bei Bluttests, die die Funktion der Leber überprüfen; Hautausschlag, quaddelartiger Ausschlag (Nesselsucht) und juckende Haut; Allgemeines Unwohlsein und Appetitverlust; Selten: Plötzlich auftretende Schwellung der Lippen, der Zunge und des Rachens oder des Körpers; Hautausschlag, Ohnmacht oder Schläflosigkeit (schwere allergische Reaktion); Großer Hautausschlag; Hohe Körpertemperatur und vergrößerte Lymphknoten (DRESS-Syndrom oder Drogenüberempfindlichkeitssyndrom); Ein roter, schuppiger, großflächiger Ausschlag mit Blasen unter der Haut und Blasen, begleitet von Fieber. Die Symptome treten gewöhnlich zu Beginn der Behandlung auf (akute generalisierte exanthematische Pustulose); Gelbe Haut, dunkel gefärbter Urin und Müdigkeit können Symptome von Leberproblemen sein; Blutprobleme wie eine verminderte

Anzahl weißer Blutkörperchen oder Blutplättchen. Dies kann zu Schwäche, Blutergüssen oder einer erhöhten Wahrscheinlichkeit von Infektionen führen; Niedriger Natriumspiegel im Blut. Dies kann zu Schwäche, Übelkeit (Erbrechen) und Krämpfen führen; Unruhe, Verwirrtheit oder Niedergeschlagenheit; Geschmackveränderungen; Selbststörungen wie verschwommenes Sehen; Plötzlich auftretende pfeifende Atmung oder Kurzatmigkeit (Bronchospasmus); Trockener Mund; Eine Entzündung der Innenseite des Mundes; Eine Infektion namens „Soor“, die den Darm befallen kann und durch einen Pilz verursacht wird; Hautausschlag bei Sonnenbestrahlung; Gelenkschmerzen (Arthritis) oder Muskelschmerzen (Myalgie); Schwere Nierenprobleme (interstieller Nephritis); Vermehrtes Schwitzen; Sehr selten: Rötung der Haut mit Blasenbildung oder Abblösen der Haut. Es kann auch zu schweren Blasenbildungen und Blutungen an Lippen, Augen, Mund, Nase und Gesichtsteilen kommen. Dies könnte ein „Stevens-Johnson-Syndrom“ oder eine toxische epidermale Nekrolyse sein; Veränderungen des Blutbildes einschließlich Agranulozytose (Mangel an weißen Blutkörperchen); Aggressivität; Sehen, Fühlen oder Hören von Dingen, die nicht vorhanden sind (Halluzinationen); Schwere Leberprobleme, die zu Leberversagen und Entzündungen des Gehirns führen; Erythema multiforme; Muskelschwäche; Vergrößerte Brust bei Männern. Nicht bekannt: Entzündungen im Darm (die zu Durchfall führen); Hypomagnesiämie (Magnesiummangel im Blut); Ausschlag, möglicherweise mit Schmerzen in den Gelenken. Packungsbeilage beachten. **Warnhinweise:** Enthält Natrium. Packungsbeilage beachten. Casselamed GmbH & Co. KG, Gereonsmühlengasse, 50670 Köln **Stand:** Feb. 2026

Der Beratungs Booster

Wer häufig an Sodbrennen leidet, weiß, wie belastend es sein kann. Gastrobin® protect reduziert die Magensäureproduktion gezielt und bekämpft so die Ursache der Beschwerden – für eine schnelle und anhaltende Linderung.

1.



Für wen geeignet?

Gastrobin® protect kann Erwachsenen empfohlen werden, die unter Sodbrennen und saurem Aufstoßen leiden. Die Beschwerden entstehen durch den Rückfluss von Magensäure in die Speiseröhre und machen sich häufig als brennendes Gefühl im Brustbereich oder saurer Geschmack im Mund bemerkbar.

3.



Wie wirkt Gastrobin® protect?

Gastrobin® protect ist eine schnell freisetzende Darreichungsform ohne magensaftresistenten Überzug. Es enthält den Puffer Natriumhydrogencarbonat, der als funktionaler Hilfsstoff den sauren pH-Wert des Magens anhebt und so Omeprazol vor dem Säureabbau schützt und die Resorption ermöglicht. Der maximale Plasmaspiegel wird bereits nach 30 Minuten erreicht.² Die säurereduzierende Wirkung hält über einen Zeitraum von bis zu 24 Stunden an.²

Gastrobin® protect



Tageshöchstdosis

1 mal tgl.
1 Kapsel

Abgabetipps und Hinweise

- Einnahme auf nüchternen Magen (mind. 30 Minuten vor dem Essen und mind. 120 Minuten nach dem Essen)³
- Kapsel unzerkaut mit einem halben Glas Wasser einnehmen³
- bis zu 14 Tage für Selbstmedikation geeignet

Für mehr Infos den QR-Code scannen



² Ergebnis einer pharmakokinetischen in vivo-Studie an 18 gesunden Probanden mit Gastrobin® protect vs. Referenzprodukt mit magensaftresistenter Kapsel.¹
¹ Ramesh S et al. Acid-Neutralizing Omeprazole Formulation for Rapid Release and Absorption. *Pharmaceutics* 2025; 17(2): 161.
³ Fachinformation Gastrobin protect, Stand: Juli 2025.
³ Gebrauchsinformation Gastrobin protect, Stand: Juli 2025.