

Text: Redaktion in Zusammenarbeit mit Augenklinik Heuberger
Bild: zVg

DIABETES UND DIE AUGEN – WENN ZUCKER DAS SEHEN GEFÄHRDET

Viele wissen, dass Diabetes (gemeint ist hier der Diabetes mellitus) den Blutzucker beeinflusst – aber kaum jemand denkt dabei an die Augen. Dabei ist die «Zuckerkrankheit» eine der häufigsten Ursachen für eine Sehverschlechterung im Erwachsenenalter. Das Tückische ist: Anfangs spürt man nichts – das Sehen scheint normal, obwohl im Hintergrund bereits feine Gefäße im Auge geschädigt werden.

Ein dauerhaft erhöhter Blutzuckerspiegel verändert die feinen Blut-

gefäße im Körper – auch jene der Netzhaut des Auges. Stellen Sie sich die Netzhaut als einen hochempfindlichen Lichtsensor vor: Wenn die Gefäße dort undicht werden oder sich verschliessen, entstehen Durchblutungsstörungen – und das kann auf Dauer die Sehkraft bedrohen.

Als Folge des Diabetes kann sich an den Augen die sogenannte **diabetische Retinopathie** zeigen. Sie entwickelt sich schleichend, oft über Jahre hinweg – und leider lange Zeit unbemerkt und nicht spürbar. Anfangs tre-

ten winzige Blutungen oder Flüssigkeitseinlagerungen in der Netzhaut auf. Später kann es zu Gefässneubildungen, Vernarbungen und Netzhautablösungen kommen – bis hin zur Erblindung, wenn keine Behandlung erfolgt. Die Erkrankung können wir jedoch frühzeitig bei einer Augenkontrolle entdecken.

Vom Diabetes ist beim Auge aber nicht nur die Netzhaut betroffen:

- **Der Graue Star (Katarakt)** tritt bei Diabetikern oft deutlich früher auf.
- Das Risiko für einen **Grünen Star (Glaukom)** – eine Schädigung des Sehnervs – ist beim Diabetes erhöht.
- **Trockene Augen**, verschwommenes Sehen und wechselnde Brillenwerte können ebenfalls durch Blutzuckerschwankungen verursacht werden.

Was kann man gegen Augenerkrankungen im Zusammenhang mit Diabetes tun?

Die jeweilige Behandlung hängt vom Stadium der Erkrankung ab. In frühen Phasen hilft vor allem eine optimale Blutzuckereinstellung, kombiniert mit einer regelmässigen ärztlichen Blutdruck-, Cholesterin- und Augenkontrolle.

Bei Netzhautveränderungen setzen wir meist Laserbehandlungen ein,



um undichte Gefässe zu verschliessen. Bei stärkeren Flüssigkeitsansammlungen oder Gefässneubildungen helfen medikamentöse Injektionen ins Auge, die das krankhafte Gefässwachstum bremsen können (man spricht auch von der Anti-VEGF-Therapie).

Beim Diabetes kann es im Auge zu feinen Blutungen oder Vernarbungen in der Netzhaut kommen. Diese Veränderungen können auch den Glaskörper, also den klaren, gelartigen Raum im Inneren des Auges betreffen. Wenn Blutungen oder Narbenzüge das Sehen stark beeinträchtigen oder an der Netzhaut ziehen, muss der Glaskörper teilweise oder ganz entfernt werden – das nennt man Vitrektomie. Dabei wird der eingetrübte Glaskörper vorsichtig abgesaugt und durch eine klare Flüssigkeit oder ein Gas ersetzt. Das schafft wieder Durchsicht auf die Netzhaut und entlastet sie von Zugkräften. In manchen Fällen kann die Netzhaut dabei auch gelasert und damit stabilisiert werden.

Viele dieser Eingriffe sind heute glücklicherweise schmerzarm und ambulant möglich – mit sehr guten Ergebnissen. Entscheidend ist aber der frühzeitige Besuch bei der Augenärztin oder beim Augenarzt.

Wann sollte man beim Diabetes zum Augenarzt?

Die folgenden Empfehlungen sollten Sie sich zum Wohle Ihrer Augen zu Herzen nehmen:

- **Bei neu diagnostiziertem Diabetes:** sofort zur ersten augenärztlichen Untersuchung.
- **Bei stabilem Diabetes:** jährlich eine Kontrolluntersuchung.
- **Bei Typ-1-Diabetes oder schwankenden Zuckernwerten:** halbjährliche Kontrolluntersuchungen.
- **In der Schwangerschaft:** eng-



Über die Autorin:

Caroline Koch ist Assistenzärztin für Augenheilkunde an der Augenlinik Heuberger in Olten. Sie betreut viele Patientinnen und Patienten mit diabetischen Augenerkrankungen mit grosser Sorgfalt, Fachkompetenz und Einfühlungsvermögen.

maschige Kontrollen – hormonelle Schwankungen können die Gefässe zusätzlich belasten.

- **Achten Sie auf Veränderungen:** Verschwommene Sicht, plötzliche Flecken, Blitze oder schwarze Schatten sind Warnsignale und sollten sofort abgeklärt werden.

Nur durch eine regelmässige Vorsorge können wir frühzeitig eingreifen, bevor bleibende Schäden entstehen. Leider sehen wir oft Patientinnen und Patienten, die erst kommen, wenn das Sehen schon deutlich eingeschränkt ist und dies nicht mehr korrigiert werden kann. Durch einen frühzeitigen Besuch beim Augenarzt lässt sich dies verhindern.

Diabetes muss nicht zwangsläufig zu Sehproblemen führen – vorausgesetzt, Sie achten früh und regelmässig auf Ihre Augen. Die Kombination aus guter Stoffwechseleinstellung, regelmässiger augenärztlicher Kontrolle und moderner Behandlung kann Ihr Sehvermögen schützen – ein Leben lang.

Kontakt und Terminvereinbarung:

Augenlinik Heuberger AG
Beim Kantonsspital –
Haus M, Eingang West
Fährweg 10, 4600 Olten

Telefon: 062 206 77 22
E-Mail: info@spitalpark.ch

Online: www.spitalpark.ch



heuberger
augenklinik