

Ratgeber

Text: Redaktion in Zusammenarbeit mit Augenklinik Heuberger
Bild: zVg

WENN DER SOMMER INS AUGE GEHT: HÄUFIGSTE AUGENBESCHWERDEN IM SOMMER

Sommerzeit ist Badezeit, Grillzeit, Gartenzeit – und manchmal leider auch Augenzeit. Denn gerade im Sommer sehe ich bei uns in der Augenklinik häufig Beschwerden, die typisch für diese Jahreszeit sind: rote Augen nach dem Schwimmbad, Brennen durch Sonne oder Wind, Pollenreaktionen, Fremdkörper, Rauch vom Grill. Die gute Nachricht: Häufige Augenbeschwerden im Sommer sind harmlos, kurzzeitig und lassen sich zu Hause lindern. Wichtig ist aber zu wissen, was zu tun ist und wann Sie einen Augenarzt kontaktieren sollten.

Das sind die häufigsten Augenbeschwerden im Sommer:

Rote, juckende, tränende Augen

Juckreiz, Tränenfluss, Rötung und ein Fremdkörpergefühl in den Augen: Der Klassiker unter den sommerlichen Augenbeschwerden. Dafür sind in dieser Jahreszeit meist Pollen, Staub, Wind oder trockene Luft verantwortlich. Zu Hause helfen kühle Kompressen, nicht reiben, Sonnenbrille tragen und konservierungsfreie Augentropfen. Wenn Sie unter Heuschnupfen leiden, kann auch eine antiallergische Behandlung sinnvoll sein. Zum Augenarzt sollten Sie, wenn Schmerzen, Lichtempfindlichkeit, Eiter, eine Sehverschlechterung oder sehr starke Schwellungen dazukommen.

Schwimmbad, Chlorwasser und Kontaktlinsen

Nach dem Baden können Augen brennen, jucken oder gerötet sein. Das liegt nicht nur am Chlor, sondern auch an Reizstoffen im Wasser. Schwimmbrillen schützen die Augen gut. Wer Kontaktlinsen trägt, sollte besonders vorsichtig sein: Kontaktlinsen und Wasser sind keine gute Kombina-

tion, weil Keime an den Linsen haften bleiben und Infektionen begünstigen können. Mein Rat: Kontaktlinsen vor dem Schwimmen entfernen und geeignete Schwimmbrillen verwenden. Wenn das Auge nach dem Baden stark schmerzt, rot bleibt oder die Sicht schlechter wird, nehmen Sie Kontakt mit dem Augenarzt auf.

Sonne, UV-Licht und guter Schutz

Sonneneinstrahlung ist im Sommer nicht nur für die Haut, sondern auch für die Augen ein wichtiges Thema. UV-Licht kann die Augen reizen und langfristig verschiedene Augenstrukturen belasten. Besonders intensiv ist die Strahlung am Wasser, in den Bergen oder wenn sie von hellen Flächen reflektiert wird. Eine gute Sonnenbrille ist deshalb mehr als ein modisches Accessoire!

Achten Sie auf 100 Prozent UV-Schutz oder UV400, dies sollte auf der Sonnenbrille beim Einkauf aus-



Über die Autorin

Dr. med. Olena Müller ist Fachärztin für Ophthalmologie, Mitglied FMH, und Teil des Ärzteteams der Augenklinik Heuberger. Sie verfügt über breite Erfahrung in der konservativen und chirurgischen Augenheilkunde und betreut Patientinnen und Patienten bei akuten und chronischen Augenbeschwerden.

gewiesen sein. Auch Kinderaugen sollten konsequent geschützt werden. Wenn nach starker Sonneneinstrahlung Schmerzen in den Augen, starkes Brennen, Lichtscheu oder verschwommenes Sehen auftreten, sollte das Auge untersucht werden.

Grillieren, Feuerwerk und Fremdkörper

Rauch, Asche, kleine Funken oder Staub können das Auge reizen oder verletzen. Wichtig: Nicht reiben! Spülen Sie das Auge bei kleinen Reizungen vorsichtig mit sauberem Wasser. Steckt etwas im Auge, gab es einen Schlag, eine Verbrennung oder plötzlich schlechteres Sehen, dann gehört das sofort in augenärztliche Hände. Bei Chemikalien – zum Beispiel Reinigungsmittel oder Flüssigkeiten aus Grillanzündern – gilt: sofort mit viel sauberem Wasser spülen und unverzüglich ärztliche Hilfe suchen.

Standorte der Augenklinik Heuberger AG

Fährweg 10, 4600 Olten
Telefon 062 206 77 22

Zuchwilerstrasse 41
4500 Solothurn
Telefon 032 625 79 34

Falkensteinerstrasse 16a
4710 Balsthal
Telefon 062 206 77 30

Lindenhofstrasse 21
4665 Oftringen
Telefon: 062 788 08 60

info@spitalpark.ch
www.spitalpark.ch



...