

Schnelle Hilfe bei geschwollenen Augen

Ist der Lymphfluss gestört, lagert sich Wasser im Gewebe ab und sorgt unter anderem für geschwollene Tränensäcke. Mit ein paar Tricks verschwinden sie schnell wieder - sofern sie nicht Anzeichen ernster Krankheiten sind.

Eine schlaflose Nacht, zu wenig getrunken oder einfach das zunehmende Alter – im Laufe seines Lebens kämpft jeder Mensch mal mit unschön geschwollenen Tränensäcken. Allerdings hat dieses kosmetische Manko nichts mit seinem medizinischen Namensvetter zu tun. „Tränensäcke liegen seitlich der Nase in einem Knochenkanal und speichern Tränenflüssigkeit. Im gesunden Zustand sind sie nicht zu sehen. Bei den umgangssprachlichen Tränensäcken hingegen handelt es sich meistens um Schwellungen unterm oder am Auge“, wissen Dr. med. Simone Kirkegaard und Dr. med. Tobias Kurz, Fachärzte für plastische und ästhetische Chirurgie und Leiter von Med Est-

hetic Kirkegaard | Kurz in Hamburg, und erklären, was es mit diesen auf sich hat. Oftmals entstehen Tränensäcke aufgrund eines gestörten Lymphflusses. Wasser wird nicht mehr abtransportiert und lagert sich im Gewebe ab, wodurch die typischen Schwellungen entstehen.

Unter anderem können Dehydration, Schlafmangel oder Stress die Auslöser dafür sein. Diese Art der Tränensäcke kommt bei fast jedem Menschen vor und ist kein Grund zur Sorge, denn für gewöhnlich verschwinden sie wieder von selbst. Im Laufe der Zeit verliert die Haut jedoch an Elastizität, sodass Bindegewebe und Muskeln schwä-

cher werden. Sacken diese dann gemeinsam mit kleinen Fettpolstern ab, bilden sich die unerwünschten Schwellungen dauerhaft. „Lassen sich Tränensäcke nicht auf den Lebensstil oder das voranschreitende Alter zurückführen, empfiehlt es sich, einen Arzt aufzusuchen. Sie können

auch ein erstes Anzeichen für verschiedene Krankheiten sein, wie beispielsweise eine Leber- oder Nierenerkrankung, eine Herzschwäche oder starken Eisenmangel“, so Dr. Kurz. Ein ausgewogener Lebensstil reicht in der Regel aus, um morgendliche Tränensäcke zu vermeiden. Dazu gehört unter anderem, täglich zwei bis drei

Liter Wasser zu trinken, um den Lymphfluss anzuregen, sowie ausreichend zu schlafen und sich täglich zu bewegen. Sind die Augen morgens geschwollen, gibt es verschiedene Tricks, um die Tränensäcke merklich zu lindern. So hilft es beispielsweise, nach dem Aufwachen den Bereich unter den Augen für zehn Minuten mit einem kalten Löffel zu bedecken. Auch nasse, aber abgekühlte Teebeutel lassen die unerwünschten Schwellungen verschwinden. Besonders wirksam sind Schwarz- oder Kamillentee, da die natürlichen Antioxidantien entzündungshemmend und abschwellend wirken. Auch kühlende Cremes helfen dabei, nach dem Aufstehen wieder frisch und wach auszusehen. Gehen die Tränensäcke mit diesen Mitteln nicht zurück, helfen unterschiedliche Eingriffe. „Bei einer geringen Ausprägung hilft beispielsweise eine Hyaluronsäure-Unterspritzung. Durch das Anheben des Gewebes am Unterlid wird der Höhenunterschied angepasst und optisch kaschiert“, erläutert Dr. Kirkegaard. (red)

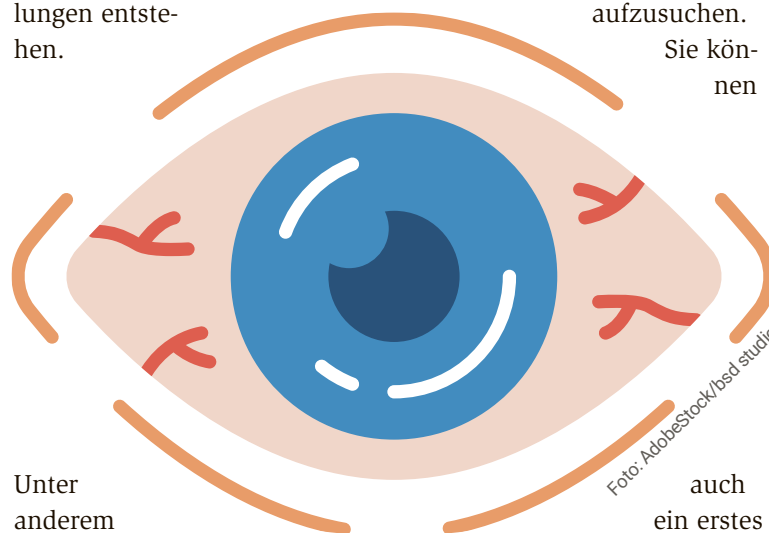


Foto: AdobeStock/hsd studio

Wenn das Lid nicht richtig schließt

Dr. Beate Steinhorst
Fachärztin für Augenheilkunde und Refraktive Chirurgie,
AugenLaserZentrum
Wiesbaden



Foto: LZW Wiesbaden

Normalerweise können die Augenlider fest geschlossen werden. Das ist – nicht nur beim Schlafen – wichtig, um das Auge zu schützen und um zu verhindern, dass die Tränenflüssigkeit verdunstet und das Auge austrocknet. Zwei Erkrankungen behindern den Lidabschluss und können zu ernsthaften Folgen für das Auge führen: Bei einem „Rolloid“ (Entropium) dreht sich das Augenlid nach innen. Dabei reiben die Wimpern gegen den Augapfel, was das Auge reizt und dem Patienten ein ständiges unan-

genehmes Fremdkörpergefühl gibt. Auf der empfindlichen Hornhaut kann das zu Veränderungen wie zu Abschürfungen und Geschwüren führen. Ein Ektropium ist praktisch das Gegenteil des Entropiums: Bei diesem Krankheitsbild stülpt sich das Augenlid so weit nach außen, dass die Lidränder den Augapfel nicht mehr berühren. Meist ist das Unterlid betroffen. Wird das Auge geschlossen, berühren sich die beiden Augenlider nicht richtig – die Folge davon ist, dass die schützende Tränenflüssigkeit

das Auge nicht mehr ausreichend benetzt. Beide Erkrankungen treten meist bei älteren Menschen auf, bei denen das Gewebe erschlafft ist. Linderung verschaffen künstliche Tränen und befeuchtende Salben. Wenn die Hornhaut bereits krankhaft verändert ist, unter Umständen Gefahr für das Sehvermögen besteht oder der Leidensdruck des Patienten aus kosmetischen Gründen groß ist, können beide Veränderungen durch eine Operation behoben werden.