

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	7
Wie Sand in den Augen ...	11
Tränenfilm	15
Tränen sind mehr als Meer	16
Was weiß man bisher über den Aufbau des Tränenfilms?	19
Ursachen	21
Natürliche Schwankungen	23
Alter	23
Hormone	24
Allgemeinerkrankungen mit Einfluss auf das Trockene Auge	25
Medikamente	27
Fehlsichtigkeit	29
Office-Eye-Syndrom	32
Hygiene und Kosmetika	32
Verletzungen	33
Probleme beim Tränenabfluss	34
Falsche Ernährung	34
Psychische Belastungen und Stress	34
Kontaktlinsen	35
Was sollte bei der Entscheidung zum Tragen von Kontaktlinsen beachtet werden?	36
Welche Arten von Kontaktlinsen gibt es?	37
Wie äußert sich eine Kontaktlinsenunverträglichkeit?	38
Was muss speziell beim Sicca-Syndrom bedacht werden?	39
Kontaktlinsen und Tränenersatzmittel	40
Hygiene und Pflege	41
Steigerung der Kontaktlinsenverträglichkeit durch Ernährung	42
Umwelt	43
Was ist oxidativer Stress?	45
UV-Licht	47
Ozon (O ₃)	50
Zigarettenrauch	51
Autoabgase	52
Feinstaub	52

Pollen und Trockenes Auge	53
Glaukom (Grüner Star) und Trockenes Auge	57
Welche Augentropfen gibt es?	59
Erkrankung der Augenoberfläche im Rahmen der Therapie gegen Grünen Star	59
Durch das Konservierungsmittel verursachte lokale Nebenwirkungen	60
Folgen der Nebenwirkungen am Auge	62
Diagnostik	63
Das Arzt-Patienten-Gespräch und die Erhebung der Krankengeschichte (Anamnese)	64
Fragebögen	66
Spaltlampenuntersuchung aus dem Blickwinkel eines Augenarztes	72
Schirmer-Test	81
Hornhaut-Sensibilität	83
Überprüfung des Tränenabflusses	84
Fluoreszein-Abfluss-Test (Fluoreszein Clearance)	85
Labortechnische Tränenuntersuchung	85
Weitere Untersuchungsmethoden	90
Tränenersatzmittel	91
Hyaluronsäure	93
Zellulose	98
Polyvinylpyrrolidon	99
Polyvinylalkohol	100
Carbomer	100
Tamarindus Indica	101
Osmotisch wirksame Substanzen	101
Guarbohne	102
Lipidhaltiger Tränenersatz	102
Radikalfänger	102
Vitamin A	103
Dexpanthenol	104
Konservierungsmittel	105
Darreichungsformen	106
Spezielle Therapieformen	109
Therapie des Lidrands	111

Besprühung mit einer Öl-in-Wasser-Emulsion	114
Behandlung der entzündlichen Komponente	116
Iontophorese	118
Anregung der Produktion von Tränenflüssigkeit	120
Botulinumtoxin	121
Spezielle Eingriffe und operative Methoden	124
Verband- und Sklerallinsen	131
Hormontherapie	131
Schleimlösung	132
Komplementäre Heilmethoden	133
Ayurveda	133
Was ist Ayurveda?	133
Was will Ayurveda?	135
Die inhaltlichen Grundlagen von Ayurveda	136
Das Trockene Auge in der Ayurveda-Medizin	137
Kampo	149
Kampo-Therapie des Trockenen Auges	150
Weitere Therapien	152
Homöopathie	152
Schüßler-Salze	154
Heilsteine	157
Bachblüten	159
Magnetfeldtherapie	159
Heilkräuter	160
Psyche und Akupunktur	161
Krankheit und Psyche	162
Psychotherapie	163
Akupunktur	164
Ernährung	169
Was sind Omega-Fettsäuren?	171
Warum gerade beim Trockenen Auge?	173
Basenpulver	176
Häufig gestellte Fragen	177
Weiterführende Literatur	181
Autoren	182
Danksagung	183