

Als Augendruck bezeichnet man den Druck, der vom Kammerwasser im Innern des Auges nach aussen wirkt. Daher kommt auch der in der Fachsprache verwendete Begriff "intraokularer Druck (IOD)". Dieser Druck hält das Auge in seiner kugelartigen Form. Das Kammerwasser besteht hauptsächlich aus Wasser und wird durch spezielles, zirkuläres Gewebe hinter der Iris (Regenbogenhaut) produziert und auch abgebaut. Im gesunden Auge herrscht ein natürliches, minimal schwankendes Gleichgewicht zwischen Produktion und Abfluss. Verschiebt sich diese Balance in die eine oder andere Richtung, kann dies schwerwiegende Folgen für den Augendruck, resp. für die Augengesundheit haben.

Die Ursachen für einen hohen Augendruck

Normalerweise bewegt sich der Augendruck in einem Bereich um 15,5 mmHg. Ein Unterdruck gilt meist unter 10 mmHg und die obere tolerable Grenze liegt bei 21 mmHg. Ein erhöhter Druck entsteht entweder aufgrund einer Überproduktion an Kammerwasser oder eines verstopften Abflusses. Diesen Problemen können anatomische Veränderungen am Augengewebe oder Gefässsystemen zugrundeliegen.

Die Auslöser:

- Diabetes Mellitus (Zuckerkrankheit)
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- zu niedriger oder zu hoher Blutdruck
- chemische Substanzen
- Genetische Disposition, eher selten

Da die Risikofaktoren und Auslöser vielfältig sind, können regelmässige Routinekontrollen sehr wertvolle Informationen auch bezüglich versteckte Erkrankungen liefern. Je früher ein erhöhter Augendruck identifiziert wird, desto schneller kann er behandelt werden. Bleibt er lange unbemerkt, kann es zu bleibenden Schäden am Sehnerv kommen – die Person leidet an

Gesichtsfeldausfällen und man spricht dann von einem Glaukom (auch Grüner Star genannt).

Beugen Sie einem erhöhtem Augendruck und den oben erwähnten Krankheiten mit einer gesunden Ernährung vor. Eine ungesunde Ernährung kann auch im Auge zu Verstopfung kleinster Gefässe führen. So steigt der Augendruck. Sollten Sie bereits einen hohen Augendruck haben, so kann die Schulmedizin helfen aber nicht heilen. Eine gesunde Ernährung hilft auch wenn Sie bereits einen hohen Augendruck haben. Mit einer gesunden Ernährung müssen Sie keine Angst vor Nebenwirkungen haben, die z.B. Laser, eine OP oder chemische Substanzen auslösen können. Wir informieren Sie gerne in einer Onlineberatung.