Sehstörungen

Autor(en): **Tschopp, Hans**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **71 (1993)**

Heft 3

PDF erstellt am: **02.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-723289

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Sehstörungen

Augen und Gehör lassen bekanntlich im Alter häufig stark nach. Solange man jung ist, nimmt man diese Tatsache als naturgegeben hin. Ist man später selber davon betroffen, werden oft viel zu hohe Erwartungen an die moderne Medizin gestellt. Harmlos ist es, solange nur die Lesebrille zu schwach ist. Die Alterssichtigkeit, d.h. die schwindende Naheinstellungsfähigkeit der Augenlinse, ist eine normale Erscheinung. Etwa mit 65 Jahren hat die Linse mit jeglicher Naheinstellung aufgehört, und die Lesebrille muss meist nicht mehr weiter verstärkt werden.

Wenn ein älterer Mensch plötzlich wieder ohne Brille lesen kann, so ist das leider meist kein Grund zur Freude, sondern ein Vorbote eines beginnenden Grauen Stars (Linsentrübung). Dieser kann sich auch in Form von «Nebelsehen» ankündigen. Der Graue Star lässt sich heute in den meisten Fällen problemlos operieren. Die Operationstechnik ist in den letzten Jahren weiter perfektioniert worden. Das Einsetzen einer klaren künstlichen Linse ins Auge ist bereits eine Selbstverständlichkeit. Die Diagnose «Grauer Star» hat also heute ihren Schrecken weitgehend verloren!

Ähnlich verhält es sich mit dem Grünen Star. Bei dieser Krankheit kann der erhöhte Augendruck die zarten Sehnerv-Fasern schädigen. Voraussetzung für ein erfolgreiches Eingreifen ist die Diagnose der Krankheit im Frühstadium. Leider macht sich der erhöhte Augendruck anfangs weder durch Schmerzen noch durch Sehstörungen bemerkbar, und die Sehnerv-Schädigung kann unerkannt voranschreiten. Deshalb sind Kontrollen des Augendrucks beim Augenarzt ab 40 Jahren eine wichtige Vorsorgemassnahme. Ein erhöhter Druck kann mit Augentropfen, Laseranwendung oder durch eine Operation gesenkt werden. Hingegen lässt sich eine Sehnerv-Schädigung nicht mehr rückgängig machen.

Zu den typischen Alterserkrankungen des Auges gehören auch die Zirkulationsstörungen im Bereich der Netzhaut und der Aderhaut. Recht häufig ist die senile Maculopathie oder der Braune Fleck. Meistens wird genau die Netzhautmitte betroffen, d. h. die Stelle, mit der wir scharf sehen (also z. B. lesen) können. In ausgewählten Fällen kann durch Laseranwendung ein Fortschreiten dieser Krankheit verhindert oder verzögert werden. Meistens kann der Arzt das langsame oder rasche Absinken der sogenannten zentralen Sehschärfe auf die Dauer nicht verhindern. Die Peripherie der Netzhaut bleibt verschont. Der Kranke kann die gesamte Umwelt wahrnehmen, aber keine Details erkennen. Eine mehr oder weniger starke Behinderung bis hin zur sogenannten sozialen Erblindung ist die Folge.

In den meisten Kantonen gibt es private Beratungsstellen für Sehbehinderte, wo Patienten sich beraten lassen können. Diese Stellen kümmern sich beispielsweise um Abgabe von vergrössernden Sehhilfen oder um soziale Betreuung. Auch der Schweiz. Blindenverband sowie der Schweiz. Blindenbund führen in vielen Kantonen Beratungsstellen. Bei diesen handelt es sich jedoch eher um Selbsthilfegruppen.

Dr. med. Hans Tschopp,
Brugg/Schweiz. Ärzteinformation

- *Schweizerischer Blinden- und Sehbehinderten-Verband SBV, Maulbeerstrasse 14, 3011 Bern, Telefon 031/25 18 11*
- *Schweizerischer Blinden-Bund (SBB), Friedakkerstrasse 8, 8050 Zürich, Telefon 01/312 74 30*

Weltgesundheitsorganisation warnt vor Hautkrebs

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) warnt vor dem Sonnenbaden und intensivem Freizeitsport im Freien. Die Zahl der bösartigen Hautkrebserkrankungen (Melanome) nehme unter hellhäutigen Menschen um fünf bis zehn Prozent pro Jahr zu, erklärte der Leiter der WHO-Krebsforschung, Valentin Koroltchouk. Unter den 26 europäischen Staaten sei die Schweiz am stärksten betroffen.

1990 sind bei uns 124 Männer und 110 Frauen an Hautkrebs gestorben. Nach Angaben eines Pressesprechers der Schweizerischen Krebsliga stieg die Zahl der Todesfälle 1991 auf 275 Personen an. Jedes Jahr kämen auf 100 000 Einwohner 8,9 Fälle hinzu. Diese Werte seien vor allem auf die Lebensgewohnheiten der Schweizer zurückzuführen, welche sich während ihrer Freizeit beim Praktizieren von alpinen Sportarten und beim Sonnenbaden einer langen und intensiven Sonnenbestrahlung aussetzten.

Die WHO fordert zu einem vernünftigen Freizeitverhalten auf. Bei einem längeren Aufenthalt im Freien sollten die exponierten Körperteile mit Sonnenschutzmittel (mit Schutzfaktor) eingerieben werden. Kinder sollten vor intensiver Sonnenstrahlung generell geschützt werden. Hautkrebs ist zudem heilbar, wenn er im frühen Stadium erkannt wird. Am meisten gefährdet sind hellhäutige Menschen mit blauen Augen und vielen Muttermalen.

(SDA)

Nüsse schützen vor Herzinfarkt

Bei Herzerkrankungen warnen Gesundheitsexperten meistens vor stark fetthaltigen Nahrungsmitteln. Dazu gehören auch Nüsse. Nun hat aber eine Studie an über 30 000 Mitgliedern einer religiösen Gemeinschaft (Adventisten) in Kalifornien ergeben, dass Nüsse gut fürs Herz sind.

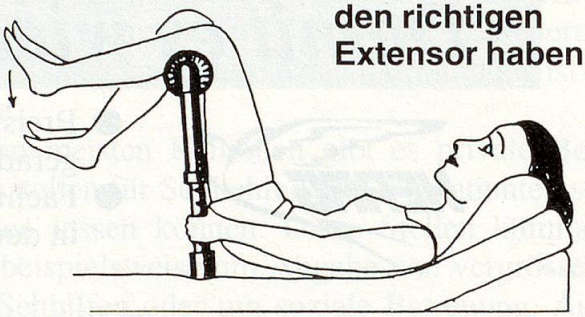
Dr. Gary Fraser und Mitarbeiter von der Universität Loma Linda (USA) hatten in einer Fragebogen-Aktion die erwachsenen Mitglieder einer Adventisten-Gemeinde erfasst. Gefragt wurde nach den Ernährungsgewohnheiten; Faktoren wie Körpergewicht, Rauchen, hoher Blutdruck u. a. wurden in die Untersuchung mit einbezogen. Die Adventisten trinken fast nie Alkohol oder koffeinhaltige Getränke und essen wenig oder gar kein Fleisch. Ihre Lebenserwartung liegt 7 Jahre über und ihre Herzinfarkt-Rate 7fach unter dem Durchschnitt.

Bei den Adventisten, die fünfmal in der Woche Nüsse assen (Erdnüsse, Mandeln und Walnüsse), war das Risiko eines Herzinfarkts nochmals um die Hälfte reduziert gegenüber denen, die Nüsse nur gelegentlich auf ihren Speiseplan setzten. Aber auch schon der einmalige Nuss-Genuss pro Woche senkte die Infarkt-Gefahr um 25 Prozent. Günstig auf Herz und Kreislauf wirkte sich auch Weizen-Vollkornbrot aus.

Offenbar beeinflussen Nüsse den Stoffwechsel und senken den Blutfettgehalt. Eine mögliche Erklärung könnte in ihrem Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren, aber auch am hohen Anteil an Fasern liegen.

Pharma Information

Kreuzschmerzen, Ischias, Hexenschuss, wenn nicht zu alt auch Knie- und Hüftarthrose, verschwinden bald, wenn Sie den richtigen Extensor haben.



Extensor Flexap

Damit strecken Sie am Abend vor dem Schlafen während 2–3 Minuten Ihre Wirbelsäule und die Knie- und Hüftgelenke. Dadurch entsteht im Gelenk ein Vakuum, das Blutplasma aus der Umgebung ansaugt. In diesem Plasma sind alle Nähr- und Aufbaustoffe gelöst vorhanden. Sie kommen so gerade dorthin, wo sie am nötigsten sind, und die Gelenke können sich im optimalen Zustand während des Schlafes regenerieren. Die Schmerzen verschwinden über Nacht. Auf Spritzen können Sie verzichten, auch auf künstliche Gelenke. Verlangen Sie Unterlagen, womöglich bevor Sie 70 sind. Über 2000 Geräte sind schon allein in der Schweiz und haben vielen Menschen Freude gebracht.

H. Zimmermann, Ehrendingerstrasse 30
CH-5400 Ennetbaden, Telefon 056/22 66 79