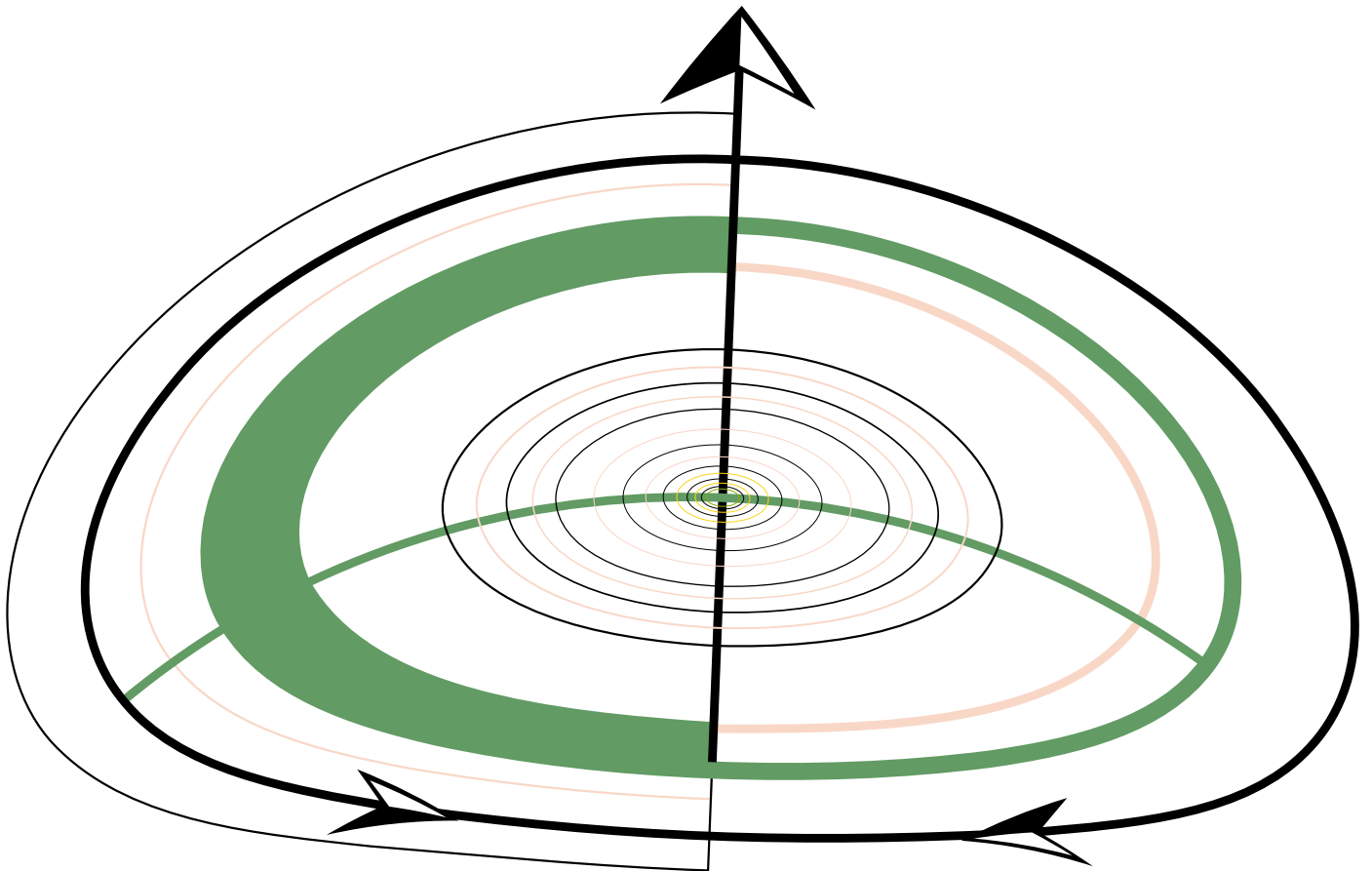


# SEHBRIEF

NOTIZEN ZUR AUGENHEILKUNDE



## Das chronische Offenwinkelglaukom (OWG)

### „Grüner Star“

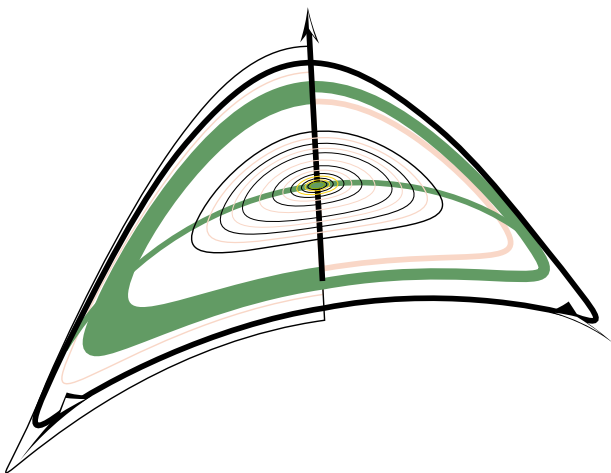
#### Westliche und Chinesische Medizin im Vergleich

*Erhalten Sie Ihre Sehkraft bis ins hohe Alter!*

*Mit dem Wissen der modernen Augenheilkunde und der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) können wir für unsere Sehkraft bis ins hohe Alter hinein viel tun. Hierbei hilft die Sichtweise der TCM. Relativ einfache Erkrankungen der vorderen Augenabschnitte würden sozusagen im Laufe des Lebens immer weiter in die hinteren Abschnitte wandern. Neben der wohl bekanntesten Methode der TCM, der Akupunktur, kommen weitere physikalische Verfahren und Tipps zur Optimierung der Lebensweise zur Anwendung, um den Augen frühzeitig Gutes zu tun.*

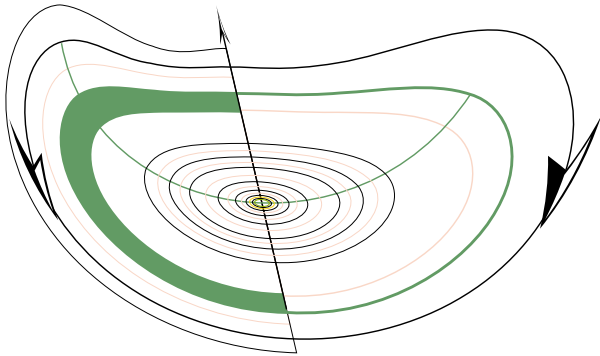
#### Aus westlicher Sicht

Das chronische Offenwinkelglaukom (OWG), im Volkstum auch Grüner Star genannt, ist in den Industrienationen eine der häufigsten zur Erblindung führenden Erkrankungen. Das Frühstadium wird häufig im Rahmen einer Vorsorgeuntersuchung erkannt und mit Medikamenten und Operationen behandelt. Auf einem erhöhten Augeninnendruck liegt hierbei das Hauptaugenmerk. Die Augenheilkunde bietet dem Betroffenen eine drucksenkende Therapie, welche in der Hoffnung, die Folgeschäden an der Netzhaut zu vermeiden, eingeleitet und zumeist lebenslang durchgeführt wird. Regelmäßige Kontrolluntersuchungen der Netzhautdicke sowie des Gesichtsfeldes bilden die diagnostische Grundlage für die Beurteilung des Therapieerfolges. Dieser liegt optimalerweise in der dauerhaften Erhaltung der Sehfähigkeit. Das Glaukom ist damit eines der besten Beispiele für eine vorbeugend behandelte Erkrankung in der Westlichen Medizin.



Basierend auf der jahrzehntelangen Erfahrung in der Behandlung des Offenwinkelglaukoms hat die Medizin das Krankheitsverständnis mittlerweile erweitert. Eine Überproduktion von Kammerwasser, der Flüssigkeit im Inneren des Auges, eine Abflußstörung im Trabekelwerk des Kammerwinkels, dem Entwässerungssystem des Auges, sowie eine sogenannte Perfusionsstörung am Sehnerv, welche mit verminderter Versorgung einhergeht, bilden zur Zeit die Hauptaspekte der Lehrmeinung in Bezug auf die Krankheitsentstehung.

Beim Glaukom wird der Patient, anders als z. B. bei der Altersbedingten Makuladegeneration, frühstmöglich auf die möglichen Folgen seiner Erkrankung hingewiesen. Dieses wird im Hinblick auf eine möglichst optimale Compliance, die Mitarbeit des Betroffenen, getan.



### Wie kann man sich die Prozesse im Auge vorstellen?

Für die Aufrechterhaltung des Augeninnendruckes ist die innere Flüssigkeit des Auges, das Kammerwasser, verantwortlich. Es wird im sogenannten Ziliarkörper, welcher zugleich den Aufhängungsapparat für die Linse darstellt, gebildet. Diese wässrige Lösung beinhaltet viele für die Versorgung der Gewebe unerlässliche Nähr- und Mineralstoffe und nimmt auch Abfallstoffe auf. Sie fließt vor der Linse in Richtung Iris, der dem Auge die Farbe gebende Regenbogenhaut. Diese bildet, wie eine Blende beim Fotoapparat, eine Öffnung nach vorn. Durch diese Pupille tritt also Licht ein und das Kammerwasser entgegengesetzt, in Richtung Hornhaut, hindurch.

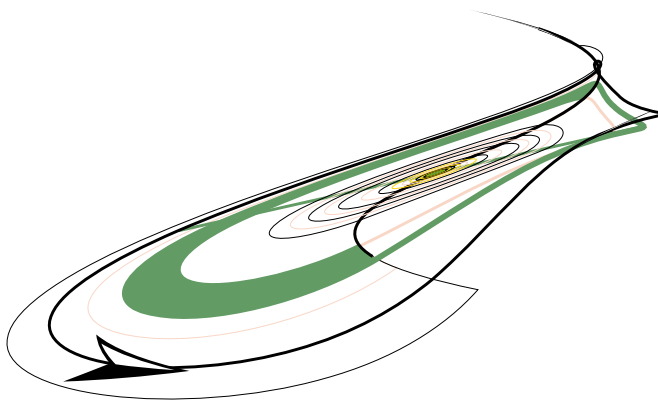
Zwischen dem Randbereich der klaren Hornhaut und der Iris befindet sich eine schwammartige Struktur, der sogenannte Kammerwinkel. Durch diesen fließt das Kammerwasser natürlicherweise aus dem Auge ab und mündet in die Augenvenen, die auch das zum Herzen zurückfließende, aus dem Auge stammende, Blut transportieren. Den Begriff Offenwinkelglaukom leitet man aus der per Untersuchungsmikroskop erkennbaren normalen Beschaffenheit des Kammerwinkels ab. Er ist offen, das heißt nicht verlegt, verstopft oder fehlgebildet.

Da zwischen Kammerwasserproduktion und dem Abfluß desselben ein Gleichgewicht bestehen muß, geht man bei einer Steigerung des Augeninnendruckes und zugleich

scheinbar offenem Kammerwinkel von einer Überproduktion von Kammerwasser im Bereich des Ziliarkörpers aus. Hierdurch, so die Vorstellung, wird der Augapfel, ähnlich einem Fußball, aufgepumpt. Der Druck auf die zarten und hochempfindlichen, für den Sehvorgang hauptverantwortlichen, Nervenzellen und ihre zum Gehirn führenden Fasern kann so zu Schäden führen.

### Zwei Typen des Glaukoms mit offenem Kammerwinkel werden unterschieden.

Im Gegensatz zum erhöhten Augeninnendruck als Risikofaktor für die Entstehung von Schäden im Bereich der Sinneszellen, gibt es eine Erkrankung mit ebenfalls offenem Kammerwinkel, welche dieses Symptom zur Frühdiagnostik nicht aufweist. Es handelt sich dabei um das sogenannte Niederdruck-, oder besser Normaldruckglaukom. Da hier kein Frühstadium zu erkennen ist, wird diese Erkrankung meist sehr spät diagnostiziert und imponiert leider durch bereits fortgeschrittene Gesichtsfeldausfälle, d.h. bestimmte Bereiche der Netzhaut können keinen Seheindruck mehr liefern.

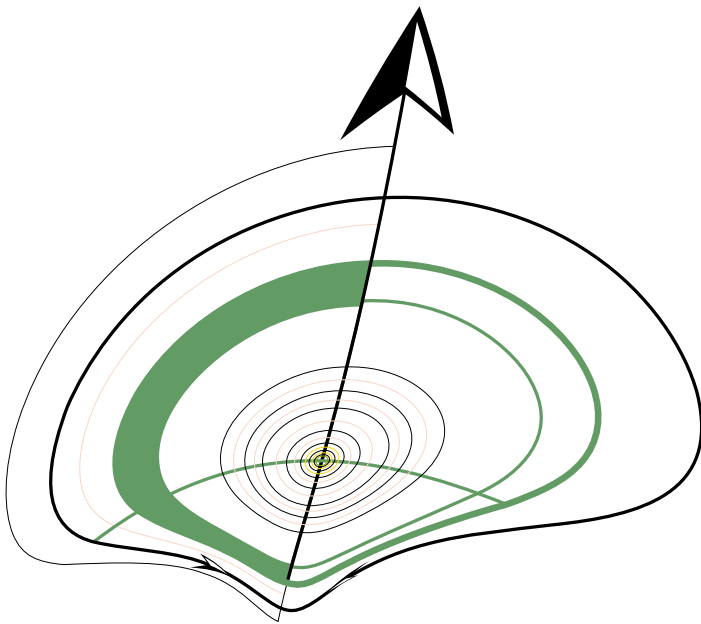


In der Erforschung des Normaldruckglaukoms stehen nicht die Überproduktion des Kammerwassers oder die Abflußstörung im Kammerwinkel im Vordergrund. Viel mehr erkannten die Fachleute, dass es sich hauptsächlich um eine sogenannte Minderperfusion im Bereich des Sehnervs handeln müsse. Mit diesem Begriff wird der Sachverhalt beschrieben, welcher besonders während der frühen Morgenstunden der Nacht auftritt.

Hier sinkt typischerweise bei uns allen der Blutdruck etwas ab. Gleichzeitig ist der sogenannte Gewebedruck, welcher der Durchblutung entgegenwirkt, durch die horizontale Lage des Körpers erhöht. Der sich aus der Differenz ergebende Perfusionsdruck sinkt. Dieser Sachverhalt wird für

eine vorübergehende Minderdurchblutung des Auges verantwortlich gemacht. Den frühen Morgenstunden wird somit der schädigende Einfluß zugeschrieben.

Betroffene haben überdurchschnittlich häufig ebenfalls einen niedrigen Blutdruck mit Begleiterscheinungen wie kalten Händen und Füßen, Flimmern vor den Augen und anderen Kreislaufbeschwerden. Diese Tatsache verstärkt die Gesamtproblematik und bietet zugleich einen therapeutischen Ansatz.



Das chronische Offenwinkelglaukom mit erhöhtem Augeninnendruck unterliegt selbstverständlich ähnlichen natürlichen Tagesschwankungen in der Augendurchblutung. Allerdings haben viele der Betroffenen gleichzeitig einen erhöhten Blutdruck. In der Augenheilkunde geht man davon aus, dass dieses für den Patienten für einige Jahre eine schützende Wirkung hat. Eine allgemein stärkere Durchblutung des Körpers wiegt die frühmorgendlichen Schwankungen auf. Da nun aber im Laufe der Alterung durch einen erhöhten Blut-

druck eine beschleunigte Verkalkung der Adern eintritt, gibt es irgendwann einen Knick, und der Vorteil verkehrt sich in einen Nachteil. Eine plötzlich rasch zunehmende Symptomatik des Sehverlustes kann die Folge sein.

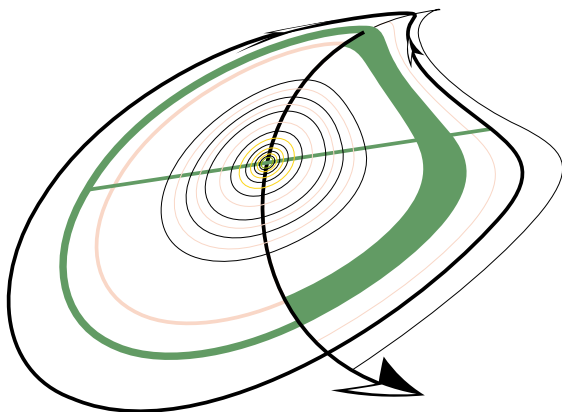
### Chinesische Medizin ganz allgemein

Mindestens seit der Verfassung des Grundlagenwerkes der Chinesischen Medizin, dem „Klassiker der Inneren Medizin des Gelben Kaisers“, vor gut 2000 Jahren, basiert die präventiv orientierte Therapie auf einer Optimierung der Lebensweise, einer Art Basismedizin. Sie beinhaltet das Erfahrungswissen des asiatischen Kulturraumes und zielt auf ein langes Leben.

Idealerweise kann also eine drohende Erkrankung in seinem Frühstadium erkannt und durch gezielte Intervention deren Ausbruch vermieden werden. Im Laufe des Lebens kann ein Mensch so vieles über die Selbstpflege lernen und damit einen großen Beitrag zur eigenen Gesunderhaltung leisten. Der Arzt ist also Ratgeber und Lehrer zugleich, wie das lateinische Wort Doktor im ursprünglichen Sinne verstanden werden kann. So sind sich unsere Traditionen grundsätzlich ähnlich.

### Glaukom aus chinesischer Sicht

Die Theorien der Chinesischen Medizin zur Erklärung der rein schulmedizinisch erkennbaren Symptome eines Offenwinkelglaukoms heranzuziehen, ist auch heutzutage in China üblich. Allerdings ist das Grundprinzip der Beschreibung sogenannter Ungleichgewichte des Menschen anzuwenden.



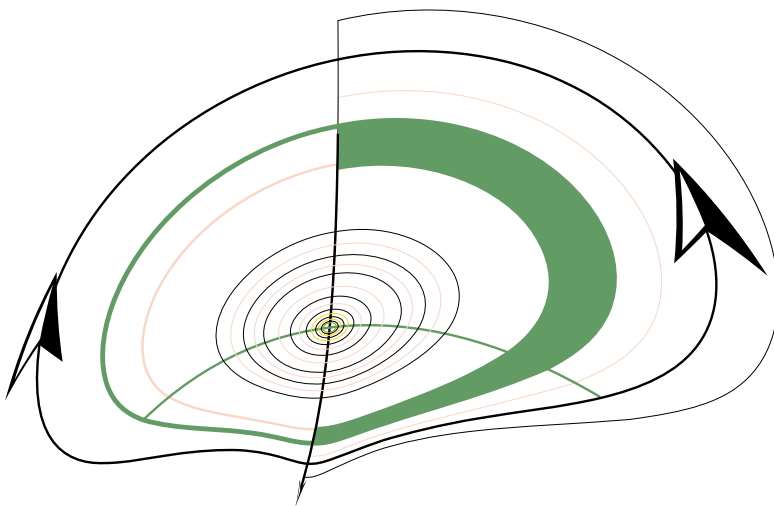
Die als Ungleichgewichte definierten typischen Alterungserscheinungen des Menschen werden als universell angesehen. So ist, bezogen auf die Augenheilkunde, das zuerst entstehende Ungleichgewicht die Trockenheit, d.h. das Fehlen ausreichender Flüssigkeitsversorgung der Gewebe. Die Austrocknung der Augen läuft dem Verständnis nach von außen nach innen bzw. von vorn nach hinten ab. Äußere Bereiche, wie die Bindehaut, sind bei den Symptomen des sogenannten „Trockenen Auges“ betroffen. In tieferen Schichten des Auges entstehen Abflußstörungen, Verhärtung der Linse, Glaskörpertrübungen bis hin zum Absterben von Nervengewebe.

Andere Ungleichgewichte folgen. Besonders die als Ansammlung oder auch Schwellungsneigung bezeichnete Verlangsamung der Verteilung von Nährstoffen und Lymphe

ist hier hervorzuheben. Sowohl bei Menschen mit Normaldruckglaukom und Tendenz zum niedrigen Blutdruck als auch bei Menschen mit erhöhtem Augeninnendruck und Tendenz zum erhöhten Blutdruck ist Ansammlung zu erkennen. Gemeinsam ist beiden Gruppen trotz scheinbaren Widerspruchs die Austrocknung. Körperflüssigkeiten dicken beim Mangel an Wasser ein und zirkulieren so langsamer. Der Gewebedruck steigt. Versorgung und Entsorgung leiden.

Bestehen die Ungleichgewichte über längere Zeit, breiten sich ihre Folgen stetig aus. Es kommt zum Erliegen von Funktions- und Erholungsvorgängen. Eine vorzeitige Alterung von Geweben ist die Folge. Solange das Problem in der Funktion liegt, ist therapeutisch vieles möglich.

### Die körperliche Verjüngung des Menschen



Die aus der Medizinteorie der Chinesen übernommene Sprache zur allgemeingültigen Charakterisierung von Alterungserscheinungen hilft uns, einen therapeutischen Ansatz zu formulieren. Die Ungleichgewichte wie Trockenheit, Hitze, Ansammlung, Abbau und Kälte müssen erkannt und sinnvoll behandelt werden. Hier kommt der Einbeziehung der individuellen Lebensweise des Betroffenen zentrale Bedeutung zu. Sie bildet die Basis für eine erfolg-

reiche Anregung oder Regulation mittels Akupunktur und anderer Methoden. Nur mit der basismedizinischen Optimierung der Lebensweise ist auf eine anhaltende Wirkung jedweder therapeutischer Vorgehensweise zu hoffen.

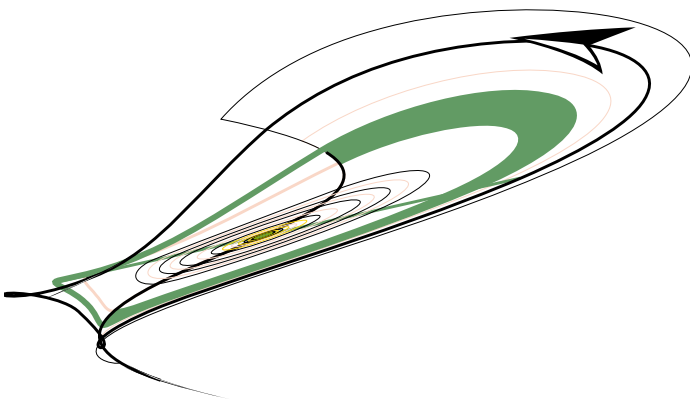
Die allmähliche Austrocknung unseres Körpers im Laufe des Lebens liefert den ersten Ansatzpunkt für ein verjüngendes Vorgehen. Hierzu werden Trockenheitszeichen gesucht. Trockene Haut, brüchiges Haar, brüchige Fingernägel und trockene Schleimhäute sind typische Merkmale von Trockenheit. Für viele Menschen ist das banale Zeichen des Trockenheitsgefühls der Augen nur zu gut bekannt. Dieser Austrocknung wird therapeutisch mit durchblutungsfördernden Methoden begegnet, transportiert doch das Blut die notwendigen Flüssigkeiten. Der Betroffene unterstützt diese Behandlung mit Schutz vor Aus-

trocknung und einer aktiven Befeuchtung seines Organismus. Hierfür sind häufig die Verringerung austrocknender Verhaltensweisen sowie die Regulation von Wasser- und Salzaufnahme notwendig.

Auftretende Hitze- oder auch Überaktivitätserscheinungen, wie z.B. Schweißausbrüche, Rötungs- oder Entzündungsneigung und erhöhter Blutdruck, werden durch die verbesserte Versorgung des Körpers mit Flüssigkeiten reduziert.

Durch sogenannte „hitzeausleitende“ Behandlung unterstützt der Therapeut die Abkühlung besonders der oberen Körperbereiche des Menschen. Er selbst kann Aufregung und Stress durch das Einhalten von Ruhepausen und die Vermeidung zu stark anregender Genußmittel ergänzen.

Ödeme, d.h. Schwellungen, werden in der Chinesischen Medizin als Ansammlung dickflüssiger Stoffe interpretiert. Diese Ansammlung hat zwei Komponenten, die Verlangsamung von Verteilungs- und Verbrennungsvorgängen und die Vermehrung nährstoffreicher Körperflüssigkeiten - darunter besonders der Lymphe. Beidem kann durch die Anregung von Körperfunktionen begegnet werden. Akupunktur spielt hier die Hauptrolle in der Behandlung. Massagen

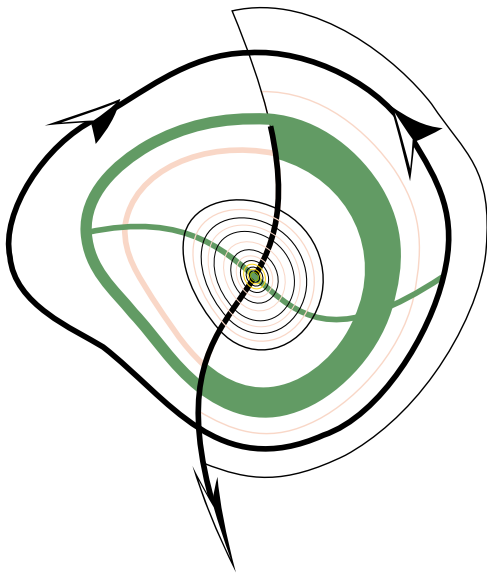




können unterstützend eingesetzt werden. Bewegung, Licht, frische Luft und die Anpassung der Ernährungsgewohnheiten spielen auf seiten des betroffenen Menschen eine wichtige Rolle.

Der Abbau funktioneller Gewebe bildet den zentralen Punkt in der Betrachtung degenerativer Netzhauterkrankungen. Er wird in der Literatur als Abbau, gelegentlich auch als Blutmangel, bezeichnet. Eine Neigung zur Blut-

armut, welche eine natürliche Erscheinung der Alterung ist, entspricht diesem Zustand. Man könnte sagen, je weniger Blut der Körper für die Versorgung der Gewebe zur Verfügung hat, desto schwieriger werden Regenerationsprozesse. Andersherum wird ein Schuh daraus. Je besser die Versorgung des Organismus mit lebensspendendem Blut ist, desto leichter können Erholungsvorgänge ablaufen. Dies ist auch beim chronischen Offenwinkelglaukom besonders wünschenswert. Allein durchblutungsfördernde Behandlungsmethoden reichen dazu nicht aus, ist doch das Potenzial bereits verringert. Also muß der Mensch in seinen blutaufbauenden Funktionen unterstützt werden. Spezielle Akupunkturpunkte und Kräuter helfen dabei. Allerdings ist gerade für den Aufbau von Blut und funktionellen Geweben die basismedinische Optimierung der Lebensweise unerlässlich. Da die stärkste Regenerationsphase des Menschen in der Nacht liegt, ist ein erholsamer Schlaf wichtig. Um diesen zu optimieren, sind einfache Hilfsmittel wie Wärmeanwendungen und die Zufuhr bestimmter Nahrungsmittel sehr sinnvoll. Den zweiten Schritt kann eine Verlängerung der Schlafdauer bilden.



armut, welche eine natürliche Erscheinung der Alterung ist, entspricht diesem Zustand. Man könnte sagen, je weniger Blut der Körper für die Versorgung der Gewebe zur Verfügung hat, desto schwieriger werden Regenerationsprozesse. Andersherum wird ein Schuh daraus. Je besser die Versorgung des Organismus mit lebensspendendem Blut ist, desto leichter können Erholungsvorgänge ablaufen. Dies ist auch beim chronischen Offenwinkelglaukom besonders wünschenswert. Allein durchblutungsfördernde Behandlungsmethoden reichen dazu nicht aus, ist doch das Potenzial bereits verringert. Also muß der Mensch in seinen blutaufbauenden Funktionen unterstützt werden. Spezielle Akupunkturpunkte und Kräuter helfen dabei. Allerdings ist gerade für den Aufbau von Blut und funktionellen Geweben die basismedinische Optimierung der Lebensweise unerlässlich. Da die stärkste Regenerationsphase des Menschen in der Nacht liegt, ist ein erholsamer Schlaf wichtig. Um diesen zu optimieren, sind einfache Hilfsmittel wie Wärmeanwendungen und die Zufuhr bestimmter Nahrungsmittel sehr sinnvoll. Den zweiten Schritt kann eine Verlängerung der Schlafdauer bilden.

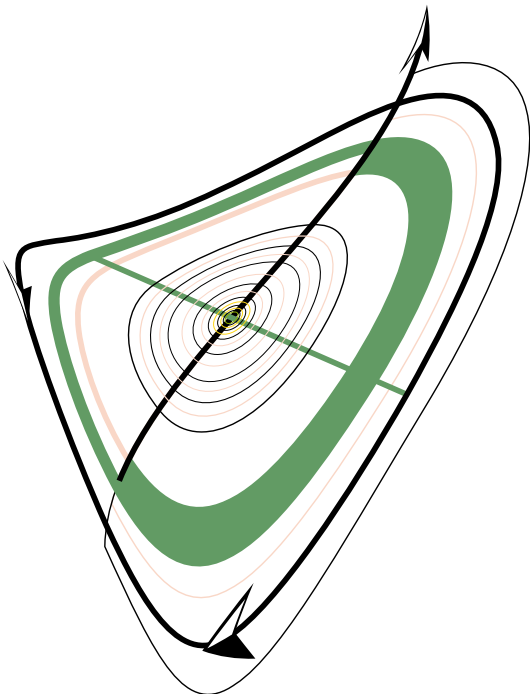
Kälte stellt aus chinesischer Sicht die Folge der vorgenannten Ungleichgewichte dar. Kalte Hände und Füße deuten auf einen Reservezustand des Organismus, der zum

Schutze wichtigerer Körperbereiche die Durchblutung drosselt. Infolgedessen reicht Wärme zur Behandlung dieser Kälte nicht aus. Vielmehr ist die Behandlung von Trockenheit, Hitze, Ansammlung und Abbau der einzige Weg zur dauerhaften Verbesserung der Blutversorgung aller Körperregionen. Nur so werden alle Gewebe von warmem, nahrhaftem und zugleich reinigendem Blut durchströmt. Oberstes Gebot muß also sein:

*Fuß warm, Kopf kalt!*  
*(So wird man hundert Jahre alt.)*

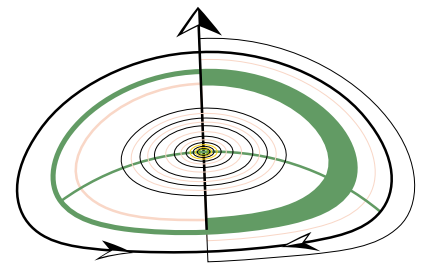
### Die Behandlung

Eine individuell zusammengestellte Behandlung des chronischen Offenwinkelglaukoms hängt u.a. von der Motivation des betroffenen Menschen ab. Fehlen außer der Meßergebnisse doch meist störende Symptome und ist der Leidensdruck daher möglicherweise gering, wird keine intensive Therapie gewünscht werden. In diesem Stadium sind basismedizinische Tipps zur Optimierung der Lebensweise ratsam. Die vom Augenarzt verschriebenen Augentropfen halten den Augeninnendruck meist in einem akzeptablen Rahmen.



Sind sich Patient und betreuender Augenarzt über die Notwendigkeit einer intensiveren Therapie einig, kann die stärkere Motivation des Betroffenen für eine unterstützende Behandlung mit ganzheitlichem Ansatz genutzt werden. Neben befeuchtenden und entstauenden bzw. entschlackenden Maßnahmen im Rahmen der Basismedizin, sind Softlaser-, Akupunktur-, Massage und Kräuterbehandlungen sinnvoll.

Da der finanzielle Aspekt in der Chinesischen Augenheilkunde in unserem Gesundheitssystem für Patienten ein limitierender Faktor sein kann, ist es wichtig, aus allen Möglichkeiten eine gute Mischung zusammenzustellen. Sie muß finanzierbar und wirkungsvoll sein. Der Betroffene kann sich bei gewissenhafter Umsetzung der basismedizinischen Tipps manche Therapiesitzung ersparen. So liegt der Erfolg in der Macht des Patienten.



*Dr. med. Thomas Weiberlenn  
Traditionelle Chinesische Medizin*

*Bahnhofstrasse 12  
30159 Hannover  
Tel. 0511-3068955  
Fax. 0511-3068954  
kontakt@sehbrief.de*