

# Blind vor Stress

Psychische Belastungen können zu Sehstörungen führen und Augenkrankheiten beeinflussen. Die Zusammenhänge sind allerdings kompliziert. Ungelöste Konflikte könnten eine Rolle spielen. Typisches Beispiel für das Zusammenspiel von Sehkraft und Psyche ist die „Managerkrankheit des Auges“.

VON ANGELA STOLL

„Das ist mir ein Dorn im Auge“, „Ich sehe schwarz“ oder „Er war blind vor Wut“: Redewendungen wie diese sprechen dafür, dass es eine Verbindung zwischen Auge, Sehvermögen und Psyche gibt. Tatsächlich gibt es solche Zusammenhänge, sie sind aber äußerst komplex. Wie sich psychische Belastungen auf bestimmte Augenerkrankungen auswirken, lässt sich schwer ermitteln. Fest steht immerhin, dass es Sehprobleme gibt, die sich organisch nicht ausreichend erklären lassen. Das spektakulärste Beispiel dafür ist die „psychogene Blindheit“: Als Folge verdrängter seelischer Konflikte können Patienten nur unscharf oder gar nicht mehr sehen, obwohl die Augen rundum gesund sind. „Wir haben hier pro Jahr mehrere Fälle dieser Art“, sagt Horst Helbig, Vize-Präsident der Deutschen Ophthalmologischen Gesellschaft (DOG). „Meistens handelt es sich um Mädchen im Alter zwischen zehn und 14 Jahren“. Sie würden umgehend an einen Kinderpsychologen überwiesen. „Wichtig ist aber, dass zuvor alles andere ausgeschlossen wurde und die Kinder nicht als Simulanten behandelt werden“, betont Helbig.

„Das Auge funktioniert, aber das Gehirn lässt die Bilder nicht zu“, erklärt Gabriele Emmerich, Sprecherin des Ressorts „Psychosomatik in der Augenheilkunde“ im Berufsverband der Augenärzte Deutschlands, die psychogene Blindheit. Psychologen gehen davon aus, dass dem Phänomen unbewältigte Konflikte oder Traumata, zum Beispiel Kriegserlebnisse, zugrundeliegen. Diese führen dazu, dass die Patienten Sehinformationen unbewusst ausblenden, weil sie die schlimmen Erlebnisse – im übertragenen Sinn – nicht sehen wollen. Ausreichend wissenschaftlich erforscht sei das Phänomen allerdings nicht, berichtet die Augenärztin.

Dass derart starke Sehprobleme eine rein psychische Ursache haben, ist allerdings selten. Viel häufiger sind Emmerich zufolge Fälle, in denen die subjektiven Beschwerden der Patienten und das, was organisch feststellbar ist, nicht zusammenpassen. So berichtet sie: „Ich habe oft Patienten, die ihre Symptome sehr viel stärker schildern, als der organische Befund vermuten lassen sollte.“ So leiden sie etwa sehr stark unter Brennen und Schmerzen in Folge trockener Augen. Oder sie nehmen „fliegende Mücken“ – das sind harmlose Trübungen im Glaskörper des Augapfels – unerträglich deutlich wahr. „In solchen Fällen gilt es herauszufinden: Was ist denn so störend? Warum bewertet der Patient die Symptome derart stark?“, sagt Emmerich. Tatsächlich kann es sein, dass psychische Belastungen das Hauptproblem sind.

Auch die Sehschärfe kann durch Stress vorübergehend leiden: Infolge starker Anspannung verkrampfen sich die Ziliarmuskeln, an denen die Linsen angehängt sind, sodass das Auge auf die Nähe eingestellt bleibt. Man spricht von einer „Pseudo-Kurz-



Starke Anspannung betrifft auch bisweilen die Muskulatur des Auges und verursacht Sehstörungen.

FOTO: DOB

sichtigkeit“, die oft mit Kopfschmerzen einhergeht.

Daneben gibt es Augenkrankheiten, bei deren Entstehung und Verlauf die Psyche offenbar eine Rolle spielt. Hintergrund sind meist komplizierte Zusammenhänge, wie Emmerich erklärt: So könnten etwa ungelöste Konflikte Veränderungen des vegetativen Nervensystems sowie der Hormone bewirken und dadurch die Entstehung einer Krankheit fördern oder ihre Dauer verlängern. Typisches Beispiel dafür ist die rätselhafte Augenkrankheit „Retinopathia centralis serosa“ (RCS), bei der sich Flüssigkeit unter der zentralen Netzhaut ansammelt (siehe zur Sache). Auffällig oft trifft die Krankheit beruflich stark eingespannte Männer zwischen 30 und 50 Jahren, weshalb sie auch „Managerkrankheit des Auges“ genannt wird.

Wie RCS entsteht, ist unklar. Nach Angaben der DOG vermuten Forscher seit längerem einen Zusammenhang mit der Persönlichkeit der Patienten: Diese zeigen nämlich häufig ein „Typ-A-Verhalten“ – das heißt, sie legen in Konkurrenzsituationen eine erhöhte Leistungsbereitschaft an den Tag. Dadurch wird das vegetative Nervensystem stärker stimuliert, was zu einer erhöhten Ausschüttung des Stresshormons Kortisol führt. Dieser Effekt könnte ein wichtiger Auslöser für die Krankheit sein.

Daneben gehen ganzheitlich orientierte Augenärzte davon aus, dass auch bei entzündlichen Augenerkrankungen psychische Faktoren mitspielen können. Sie erklären das mit

vielschichtigen Zusammenhängen zwischen Psyche und Immunsystem.

So kann psychische Belastung das Immunsystem einerseits hemmen und zu einer erhöhten Infektanfälligkeit führen. Stress kann aber auch eine Aktivierung des Immunsystems bewirken. Daraus resultiert die Hypothese, dass Stress das Entstehen der Autoimmunerkrankung Uveitis fördern kann. Unter diesem Stichwort werden Entzündungen des Augeninneren zusammengefasst, die mit Augenrötung, Tränenfluss, Lichtempfindlichkeit, Sehproblemen und Augenschmerzen einhergehen. Als Auslöser kommen viele Faktoren infrage, etwa eine Infektion mit Bakterien, Viren oder Pilzen – sie kann aber auch als Begleitung von Gelenkerkrankungen wie Morbus Bechterew auftreten. Meistens lässt sich die Ursache allerdings nicht klar ermitteln.

Eine andere Krankheit, bei der schon lange über den Einfluss der Psyche spekuliert wird, ist das Glaukom (grüner Star), in dessen Verlauf der Sehnerv absterbt. Psychische Belastung und Stress können nämlich unter anderem den Augeninnendruck verändern, der als Risikofaktor für ein Glaukom gilt. Umgekehrt haben Studien ergeben: „Autogenes Training und Ausdauersport wirken sich günstig auf den Augeninnendruck aus“, sagt Helbig. Er warnt aber vor weiterreichenden Schlüssen. So sind für die DOG Medikamente, die den Augendruck senken, Mittel der ersten Wahl, um die Krankheit aufzuhalten. Auch Emmerich ist bei diesem Thema vorsichtig. Die Effekte, die sich

durch Entspannungsübungen erzielen lassen, seien eher gering.

Überhaupt möchte Emmerich keine allgemeingültigen Tipps geben, was Augen und Psyche anbetrifft. Dazu seien die Fälle, die sie aus der Praxis kennt, zu verschieden. Allenfalls, meint sie, könne man zu Entspannungsverfahren raten. Dadurch habe man mehr Energie – und die trage ja auch zum besseren Durchblick bei.

## ZUR SACHE

### RCS – rätselhafte Managerkrankheit

Plötzlich erscheint ein grauer Fleck im Gesichtsfeld, Gegenstände wirken verzerrt und unscharf: Das können erste Hinweise auf die Augenkrankheit „Retinopathia centralis serosa“ (RCS) sein. Dabei gelangt durch ein Leck Flüssigkeit aus der Aderhaut unter die Netzhaut, die dadurch an manchen Stellen leicht angehoben ist. Betroffen sind vor allem Männer unter 50 Jahren, die beruflich stark eingespannt sind. Die Hintergründe der „Managerkrankheit des Auges“ sind unklar. Mediziner gehen davon aus, dass psychischer Stress neben Bluthochdruck und weiteren Faktoren das Krankheitsrisiko erhöht. Oft erholt sich das Auge innerhalb von drei bis sechs Monaten von allein. Allerdings kommt es nicht selten zu Rückfällen. Behandeln lässt sich RCS unter anderem mit Laserverfahren. Sinnvoll sind daneben Stressbewältigungs- und Entspannungstherapien. [any]

# Gesundes Rauchen gibt es nicht

E-Zigaretten und Heat Sticks sind weniger gesundheitsschädlich, aber nicht unbedenklich

Während die klassische Zigarette zumindest bei jungen Erwachsenen immer weniger Anklang findet, steigt die Zahl der jungen Konsumenten von vermeintlich „gesünderen“ Alternativen. In einer aktuellen Befragung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) gaben 5,5 Prozent der 18- bis 25-Jährigen an, in den vergangenen 30 Tagen E-Zigarette geraucht zu haben. 2012 waren es noch 3,9 Prozent. Aber sind E-Zigaretten und Co. wirklich weniger schädlich als herkömmliche Zigaretten? Ein Überblick.

**Light-Zigaretten.** Als die ersten Studien einen Zusammenhang zwischen Rauchen und Krebs belegten, suchte die Industrie nach einer Antwort. Sie lautete: Light-Zigaretten. Diese Produkte enthalten weniger Teer und weniger Nikotin. Das klingt erstmal irgendwie gesünder, ist es aber nicht, sagt Martina Pötschke-Langer, Vorstandsvorsitzende des Aktionsbündnis Nichtraucher (ABNR). In diesem Bündnis haben sich ärztliche Fachgesellschaften und Gesundheitsorganisationen zusammengeschlossen.

„Light-Zigaretten enthalten zwar weniger Nikotin und Teer, der Rauch lässt sich aber leichter inhalieren“, erklärt die Expertin. Dadurch könne er noch tiefer eingeatmet werden. „Die Schadstoffe werden tiefer inhaled und die Sucht noch angefeuert.“



Irgendwo zwischen Zigarette und E-Zigarette wird – was die Gefährlichkeit angeht – der Heat Stick angesiedelt. Darin wird Tabak erhitzt, aber nicht verbrannt.

FOTO: DPA

**E-Zigaretten.** Sie enthalten in der Regel ein Gemisch aus Propylenglykol, Glycerin, Aromen und Nikotin. Die Flüssigkeit wird verdampft. Dem Verband des E-Zigarettenhandels zufolge sind E-Zigaretten deutlich weniger schädlich als Zigaretten. „Diese Produkte sind zweifelsfrei weniger gefährlich als Zigaretten“, sagt auch Pötschke-Langer vom ABNR. Gesundheitlich bedenklich seien sie aber dennoch. So wisse man heute, dass

Nikotin nicht nur süchtig macht, es fördere auch die Entstehung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes. Neuere Studien gaben zudem Hinweise, dass es krebserregend sein könnte, erklärt die Deutsche Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin (DGP) in einem Positionspapier. Die enthaltenen Aromen könnten Allergien auslösen, fügt Pötschke-Langer hinzu. Hinzu komme, dass sich beim Inha-

lieren des Dampfes winzige Partikel in den Atemwegen abgelagert. Sie könnten auch in den Blutkreislauf gelangen, erklärt Pötschke-Langer: „Tatsächlich weiß noch gar keiner, welche Folgen dies für die Gesundheit hat.“ Über Langzeiteffekte sei zu wenig bekannt, um Entwarnung zu geben, erklärt auch die DGP.

**Heat Sticks.** Verhältnismäßig neu auf dem deutschen Markt sind die Heat Sticks. Statt einer Flüssigkeit wird in den Geräten echter Tabak auf rund 300 Grad erhitzt, aber nicht verbrannt. In Deutschland ist das Produkt IQOS von Philip Morris erhältlich. Dem Hersteller zufolge verringert die neue Methode die Konzentration schädlicher Substanzen im Vergleich zu einer Zigarette um 90 Prozent. „IQOS ist jedoch keinesfalls unschädlich oder ohne Risiko“, sagt Stacey Kennedy, Vorsitzende der Geschäftsführung bei Philip Morris.

Pötschke-Langer zufolge dürfte die gesundheitliche Belastung durch Heat Sticks irgendwo zwischen Zigarette und E-Zigarette angesiedelt sein. „Studien zu diesen Produkten liegen nur von Herstellern vor“, erklärt sie. Unabhängige Untersuchungen gebe es bisher nicht. Da die neuen Produkte Nikotin enthalten, könne man aber eine Sucht auslösende Wirkung ähnlich wie bei der Tabakzigarette erwarten. [dpa]

## GESUNDHEIT IM FOKUS

### DEPRESSIONEN

## Behandlung ohne Medikamente

**PIRMASENS.** Jeder fünfte Bundesbürger erkrankt einmal im Leben an einer Depression. Die Krankheit ist jedoch mit ärztlicher Hilfe gut behandelbar, in manchen Fällen auch ohne Medikamente. Wie das aussehen kann, erläutert Dr. Stephan Rambach, Chefarzt der Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie, am kommenden Mittwoch um 18 Uhr im Konferenzraum im 1. UG des Städtischen Krankenhauses Pirmasens, Pettenkoferstr. 22, Telefon 06331 714-0. Thema ist an dem Abend, welche Behandlung für welche Patienten geeignet ist, wobei sowohl der Schweregrad der Erkrankung, der bisherige Krankheitsverlauf sowie die persönlichen Wünschen eine Rolle spielen. Im Anschluss an den Vortrag steht der Referent für Fragen zur Verfügung. Der Eintritt ist frei, es ist keine Anmeldung erforderlich. [jgl]

### IMPLANTATE

## Was hat der Preis mit Qualität zu tun?

**LANDAU.** Der Frage „Implantate – sind Preis- auch Qualitätsunterschiede?“ gehen am Mittwoch, 25. Oktober, 19.30 Uhr Zahntechnikermeister Gerd Zumbach aus Dirmstein und Dr. Volker Bonatz, Implantologe aus Landau nach. Die Referenten erläutern die Situation im Fortbildungszentrum des Vinzentius-Krankenhauses Landau mit Hilfe von aktuellen klinischen Aufnahmen. Anhand der Bilder soll der Zuhörer Vorher- und Nachher-Situationen vergleichen und die Wege und Fortschritte in der Behandlung nachvollziehen können. Im Mittelpunkt steht die Frage nach dem Zusammenhang zwischen Preis- und Qualitätsunterschieden bei Zahnimplantaten. Die Referenten stehen anschließend für Fragen zur Verfügung. Wegen begrenzter Platzzahl ist eine telefonische Reservierung unter Telefon 06238 929422 erforderlich. [jgl]

— ANZEIGE —

## DURCHBLICK BEI GLEITSICHT

KLAUS WERNER OPTIK

Bahnhofstraße 11  
67059 Ludwigshafen  
Fon 06 21 - 51 57 48  
www.klaus-werner-optik.de  
info@klaus-werner-optik.de

TOPINLU

## SCHARF SEHEN

### Augenlaser und Linsenimplantate

Sie haben Grauen Star?  
Sie wollen ohne Brille sehen?

Durch eine **neuartige Technologie** ist die Operation des Grauen Star oder die Korrektur der Fehlsichtigkeit durch Linsenimplantate mit Hilfe des **Femto-Sekunden-Lasers** möglich.

Vorteile

- größere Sicherheit
- höhere Präzision

Interesse? Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Termin unter **0621 / 576600**.

Augenarztpraxis Dres. Curschmann  
Ludwigstr. 30 • 67059 Ludwigshafen  
www.augen-curschmann.de  
Mo-Do 7:30-19 Uhr, Fr 7:30-17 Uhr, Sa 8-12 Uhr  
E-Mail: praxis@augen-curschmann.de

## ZAHNIMPLANTATE – EIN STÜCK LEBENSQUALITÄT INFO-VERANSTALTUNG

Dr. Martin Rossa

Mannheim // Do., 19. Oktober 2017, 19.00 bis 21.00 Uhr  
Stadthaus N1, Raum Toulon 1. OG

Ludwigshafen // Fr., 20. Oktober 2017, 19.00 bis 21.00 Uhr  
Zahnarztpraxis Dr. Rossa & Partner,  
Mundenheimer Str. 251

Bad Dürkheim // Sa., 21. Oktober 2017, 11.00 bis 13.00 Uhr  
Dürkheimer Haus, Kaiserslauterer Str. 1

Bitte um  
Vorankündigung!  
**EINTRITT  
FREI!!**

Speyer // Mo., 16. Oktober 2017, 19.00 bis 21.00 Uhr  
Gemeindezentrum der Johanneskirche,  
Theodor-Heuss-Str. 22-24 (Eingang hinter der Kirche)

Worms // Do., 19. Oktober 2017, 19.00 bis 21.00 Uhr  
Das Wormser, Rathenastr. 11

Landau // Fr., 20. Oktober 2017, 19.00 bis 21.00 Uhr  
Jugendstil-Festhalle, Mahlastr. 3

Mundenheimer Str. 251  
67061 Ludwigshafen  
06 21 / 56 26 66  
mail@dr-rossa-partner.de  
www.dr-rossa-partner.de

DR. ROSSA  
& PARTNER

## Einfach. Mobil. Digital.

Ihre RHEINPFALZ ist immer da, wo Sie sind. Profitieren Sie vom PREMIUM-Abonnement und lesen Sie DIE RHEINPFALZ auch auf dem Tablet oder Smartphone.

Informationen unter [pfalz-to-go.de](http://pfalz-to-go.de)  
Telefon 0631 3701-6640

Wir leben Pfalz. DIE  
RHEINPFALZ