

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 86 (2008)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Gegen trübe Aussichten lässt sich etwas tun  
**Autor:** Stettler, Susanne  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-723218>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 04.05.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Gegen trübe Aussichten lässt sich etwas tun

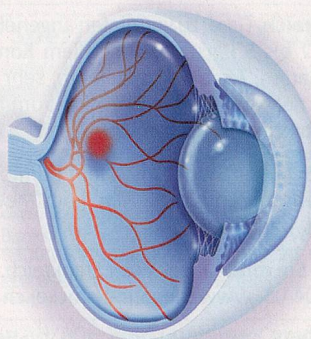
Dass die Augen mit der Zeit schwächer werden, ist normal. Doch wenn die altersbedingte Makuladegeneration das Sehen einschränkt, muss eingegriffen werden. Warum eine möglichst frühe Therapie so wichtig ist.

Von Susanne Stettler

Ein hohes Alter zu erreichen, ist eine schöne Sache – wenn nur die «Bräschтели» nicht wären. Eine der wohl mühsamsten Alterserscheinungen ist das Schwinden der Sehkraft. Das macht nicht nur unsicher, sondern vermindert auch die Lebensqualität drastisch. In vielen Fällen ist die sogenannte Altersbedingte Makuladegeneration (AMD) die Ursache der Sehprobleme.

Was steckt hinter dem komplizierten Begriff? Das Auge funktioniert ähnlich wie eine Kamera. Die Lichtstrahlen gelangen durch die Regenbogenhaut und die Linse bis zur Netzhaut, wo etwa 125 Millionen lichtempfindliche Sinneszellen sitzen. In der Netzhaut befindet sich die Makula – auch «gelber Fleck» genannt –, die für die zentrale Sehschärfe verantwortlich ist.

«Die Makula hat die grösste Bedeutung beim Lesen, Erkennen von Gesichtern und Unterscheiden von Farben», erklärt PD Dr. med. Tatjana Josifova, Leitende Ärztin an der Universitäts-Augenklinik Basel. «Mit dem Alter kann es im Makulabereich zu Störungen des Stoffwechsels kommen, was unter Umständen zu Ablagerungen unter der Netzhaut führt, den sogenannten Drusen. Es besteht der Verdacht, dass die Altersbedingte Makuladegeneration



Die Makula, der dunkelblaue Fleck in der Mitte der Netzhaut, sorgt für unsere Sehschärfe. Bei der Makuladegeneration (roter Fleck) geht diese Schärfe allmählich verloren.

eine Folge des sehr intensiven Stoffwechsels in der Netzhaut ist. Bei diesen metabolischen Prozessen entstehen freie Radikale, die das Gewebe angreifen.» Fachleute unterscheiden zwei Formen der Erkrankung: die trockene und die feuchte AMD (siehe Kasten).

Auch wenn viele noch nie etwas von dieser Krankheit gehört haben, erkranken doch relativ viele Menschen im Laufe ihres Lebens daran. Nicht weniger als 4500 Personen erhalten jedes Jahr in der Schweiz die Diagnose AMD. Meist haben die Patienten ihren 60. Geburtstag bereits gefeiert, obwohl man dieses Krankheitsbild auch bei erst 50-jährigen Menschen antreffen kann. Laut Studien leiden 1 bis 3 Prozent der 60-Jährigen an AMD im Frühstadium, bei 70-Jährigen sind es 20 Prozent und bei 85-Jährigen sogar 30 bis 40 Prozent. AMD im Spätstadium ist zwar weniger häufig, stimmt aber nachdenklich: 0,5 bis 1 Prozent der 60-Jährigen sind betroffen, 2 Prozent der 70-Jährigen und 5 Prozent der 80-Jährigen sowie 10 bis 15 Prozent der 85- bis 90-Jährigen.

Wie merkt man, dass im Auge etwas nicht stimmt? «Das ist gar nicht so einfach, denn die Symptome dieser Erkrankung können sehr unterschiedlich sein», sagt Tatjana Josifova. Die häufigsten Anzeichen sind allerdings:

- Verzerrtes Sehen, gerade Linien erscheinen verbogen.
- Worte werden auf einer Seite verschwommen wahrgenommen.
- Man sieht im Zentrum des Gesichtsfeldes einen grauen Fleck.
- Die Farben erscheinen blasser.

Wer solche Symptome an sich beobachtet, sollte unbedingt den Augenarzt aufsuchen. Denn auch hier gilt: Je früher die Diagnose gestellt wird, desto besser kann dem Problem begegnet werden.

Bei der trockenen AMD gibts keine spezielle Therapie. Untätig sollten Betroffene trotzdem nicht sein. «Die hoch dosierte Einnahme von Vitamin C, E, Beta-Carotin sowie Zink und

## Zwei verschiedene Krankheitstypen

Bei der Altersbedingten Makuladegeneration (AMD) gibt es zwei Formen:

**Die trockene AMD:** Im frühen Stadium dieses Krankheitstyps findet man Ablagerungen unter der Netzhaut, sogenannte Drusen, die das Sehen ein wenig einschränken können.

Im Spätstadium der trockenen AMD dagegen gehen Sinneszellen zugrunde, was dazu führt, dass sich das zentrale Sehen erheblich verschlechtert.

**Die feuchte AMD:** Bei dieser Form der AMD bilden sich neue Blutgefässe unter der Netzhaut. Diese sind undicht und können Blutungen und eine Schwellung verursachen, das sogenannte Makulaödem. Ist die Schwellung zu gross, kommt es zur Abhebung des Pigmentepithels, der äusseren Schicht der Netzhaut. Im fortgeschrittenen Krankheitsstadium hat sich im Bereich der Makula eine Narbe gebildet. Im Gegensatz zur trockenen AMD kann die feuchte AMD sehr rasch zur Sehverminderung führen.



Illustration: BSP/Jacopin. Bild: Cordelia Molloy/Science Photo Library

Antioxidantien kann die schädlichen freien Radikale neutralisieren und den Krankheitsprozess verlangsamen», so die Expertin.

Ganz anders ist es bei der feuchten AMD. Eine seit Langem eingesetzte Methode ist die Laserbehandlung, die allerdings nur in frühen Stadien der Erkrankung Sinn macht. Wesentlich mehr im Blickpunkt steht derzeit die Fotodynamische Therapie, die bei vielen Unter-

Wer im Zentrum des Gesichtsfelds einen dunklen Fleck sieht, sollte dringend zur augenärztlichen Kontrolle. Es könnte sich um eine Makuladegeneration handeln.

arten der feuchten AMD zur Anwendung kommt. Dabei wird ein Farbstoff (Visudyne) über eine Infusion in die Armvene verabreicht. Dort kann er dann durch Bestrahlung mit einem speziellen Laser aktiviert werden. Unter Umständen muss die Prozedur nach einiger Zeit wiederholt werden. Das neueste Verfahren ist der Einsatz verschiedener Medikamente, die direkt ins Auge gespritzt werden und die Neu-

bildung von Gefässen hemmen, die von einem Wachstumsfaktor – dem sogenannten VEGF (vascular endothelial growth factor) abhängig sind. Zwar muss die Therapie wiederholt werden, aber das Verfahren zeigt heute die besten Ergebnisse bei der Behandlung der feuchten AMD. Operiert wird hingegen nur selten.

Eine Heilung gibt es bei der AMD leider nicht. Prognose und Verlauf der Erkrankung sind von vielen Faktoren abhängig und daher sehr unterschiedlich. PD Dr. med. Tatjana Josifova: «Dank der modernen Behandlungsverfahren kann im Frühstadium eine Besserung erzielt werden. Im Spätstadium lässt sich der Krankheitsprozess lediglich aufhalten oder zumindest verlangsamen.»

Eine möglichst frühe Therapie ist wichtig. Bleibt die AMD unbehandelt, bilden sich auf der Makula Narben. Mit unangenehmen Konsequenzen: Betroffene können nicht mehr lesen und auch keine Gesichter mehr erkennen. Das bedeutet nicht nur eine körperliche Behinderung, sondern zieht auch seelische Folgen nach sich. Ganz zu schweigen von der Einschränkung der Lebensqualität.

Angesichts dieser trüben Aussichten stellt sich die Frage nach der Prophylaxe. Die beste Form der Vorbeugung ist das Vermeiden der Risikofaktoren. Dazu zählen Rauchen und Bluthochdruck. Zu starke UV-Strahlung steht ebenfalls im Verdacht, bezüglich AMD einen negativen Einfluss zu haben, weshalb bei starkem Sonnenlicht das Tragen einer Sonnenbrille ein Muss ist. Die Augenärztin hat einen weiteren Tipp: «Gesunde Ernährung mit reichlich Obst und Gemüse wie zum Beispiel Broccoli liefert den Wirkstoff Lutein, der gegen oxidative Schäden schützt beziehungsweise die schädlichen freien Radikale bekämpft.»

Die Zahl der Betroffenen wird in Zukunft allerdings nicht abnehmen. Ganz im Gegenteil: Sie wird wegen der steigenden Lebenserwartung und des damit verbundenen demografischen Wandels drastisch ansteigen. Und Experten prophezeien eine Explosion der Kosten. Von heute 293 Millionen Franken, welche die AMD jährlich verschlingt, sollen sie bis im Jahr 2050 auf 610 Millionen Franken hochschnellen. Denn die Therapien werden zwar besser, aber leider auch kostspieliger.

### Eine europäische Pilgerreise zur Aufklärung

Im Rahmen der Euro-Tandem-Pilgertour 2008 fahren Sehende zusammen mit Sehbehinderten oder Blinden auf dem Tandem von Mainz (D) über Einsiedeln (CH) nach Rom (I). Die Orte der Mittagsstopps und der Tagesziele fährt dabei jeweils auch der Infobus an, in dem sich ein fünfköpfiges Beratungsteam – davon mindestens zwei Augenärzte – befindet. Diese Fachkräfte klären unter anderem über die Altersbedingte Makuladegeneration auf. An diesen Tagen durchquert die Euro-Tandem-Pilgertour die Schweiz:

- Montag, 15. September 2008: Basel–Zürich–Einsiedeln SZ
- Dienstag, 16. September 2008: Ruhetag in Einsiedeln SZ
- Mittwoch, 17. September 2008: Einsiedeln SZ–Andermatt UR–Bellinzona TI
- Donnerstag, 18. September 2008: Bellinzona TI–Gallerate (I)– Mailand (I)

### Kontaktadressen

→ Retina Suisse, Ausstellungsstrasse 36, 8005 Zürich, Telefon 044 444 1077, Fax 044 444 1070, Mail info@retina.ch, Internet www.retina.ch  
Selbsthilfeorganisation von Menschen mit Retinitis pigmentosa, Makuladegeneration, Usher-Syndrom und anderen Makulaerkrankungen

### Buchtipps

- «Makuladegeneration – Schulmedizinische und Alternative Therapieverfahren im Vergleich», Verlag S.O.S. Augenlicht, CHF 49.90.
- Brigitte Schuler: «Altersabhängige Makuladegeneration – Naturheilkundliche Hilfe zur Vorbeugung und Behandlung», KVC-Verlag, CHF 30.80.
- Karin Brucker/Hans-Peter Wutta: «SOS aus dem Auge – Makuladegeneration, Glaukom, Grauer Star», Karl-Haug-Verlag, CHF 21.90. Talon Seite 75.

Inserat

**Vital Energie** 

**Die stärksten Hörgerätebatterien auf dem Markt, z.B. V10 mit 105 mAh!**

**Haltbarkeit: mind. 3 Jahre!**

**2 Batterien für Neukunden gratis**  
**36 Batterien Fr. 60.-** (Fr. 1.66/Stk.)  
**60 Batterien Fr. 90.-\*** (Fr. 1.50/Stk.)  
**120 Batterien Fr. 169.50** (Fr. 1.41/Stk.)

\*entspricht IV-Jahrespauschale, Rückerstattungsformular lieferbar  
**Inklusive VEG-Steuer, 7.6% MwSt und Porto. Versand mit Rechnung durch Behindertenwerk St. Jakob**



«Das Mädchen, das aus der Stille kam»  
 Auch **Finona Bollag**, Autorin dieses sehr lesenswerten Buches, verwendet **unsere** Hochleistungsbatterien CI für ihre Cochlea-Implantate!  
 Im Anhang enthält das Buch zudem wichtige Fragen und Antworten zum Thema Hörbehinderung sowie Kontaktadressen.  
 Verlag: Ehrenwirth  
 ISBN-Nummer: 3-431-03685-6

- Quecksilberfreie Zink-Luft-Zellen
- Telefonberatung
- Rücknahmegarantie jederzeit
- Mit Einverständnis von IV, AHV, SUVA, SGB, «pro audito schweiz»

**Noch günstiger: 6er Pack Fr. 8.-**  
 (bei 120 Stk.) **über [www.vitalenergie.ch](http://www.vitalenergie.ch)**

**GRATIS-Batterien für Neukunden!**  
 Testen Sie unsere Qualität!



### Ich bestelle:

Name \_\_\_\_\_  
 Vorname \_\_\_\_\_  
 Strasse \_\_\_\_\_  
 PLZ/Ort \_\_\_\_\_  
 Telefon \_\_\_\_\_  
 Unterschrift \_\_\_\_\_

### Gewünschter Typ:

- V 675 **Blau**     V 10 **Gelb**  
 V 312 **Braun**    **Für Cochlea-Implantat**  
 V 13 **Orange**     CI 675/PR 44

### Gewünschte Anzahl Batterien:

- 2 Batterien für Neukunden **gratis**  
 36 Batterien Fr. 60.-  
 60 Batterien Fr. 90.-  
 120 Batterien Fr. 169.50  
 360 CI-Batterien für Cochlea-Implantate Fr. 485.-  
 (andere Mengen auf Anfrage!)

### Pflegeprodukte & Prüfgerät:

- (nur zusammen mit Batterien erhältlich)  
 12 Sprudeltabletten für Hdo-Geräte Fr. 10.-

**Vital Energie Club:** Ich möchte von Ihren Spezial-Clubangeboten profitieren und melde mich als Mitglied (kostenlos)