

Ergebnis des Selbsttests:

Zählen Sie die Punkte die Sie beim umseitigen Test erzielt haben zusammen:

0 Punkte: Sie gehören keiner hier erwähnten Risikogruppe an bzw. suchen regelmäßig ihren Augenarzt auf. Regelmäßige Kontrollen bei Ihrem Augenarzt – auch wenn Sie keine Risikofaktoren aufweisen – helfen auch weiterhin, die Gesundheit Ihrer Augen zu erhalten.

1 bis 4 Punkte: Sie gehören einer Risikogruppe an. Sie sollten regelmäßig Kontrolluntersuchungen bei Ihrem Augenarzt durchführen lassen und mit ihm die Häufigkeit der Visiten besprechen.

über 5 Punkte: Sie sollten dringend Ihren Augenarzt konsultieren, da Sie offensichtlich zu wenig auf Ihre Gesundheit achten.

Weiteres Informationsmaterial

Wenn Sie weiteres Informationsmaterial wünschen, füllen Sie nachstehenden Abschnitt aus, trennen die Seite ab und senden diese an:

augenzentrum Prof. Zirm, Meinhardstr. 5, A-6020 Innsbruck.

Name _____

Straße _____

Plz/Ort _____

Staat _____

Ja, ich möchte weiteres Informationsmaterial.

- auf Video
 auf CD-Rom
 in Form einer Broschüre



augenzentrum Prof. Zirm in Innsbruck

Informationen:

augenzentrum Prof. Zirm GmbH

Meinhardstr. 5, A-6020 Innsbruck
Tel. +43(0)512-7273, Fax +43(0)512-7273-1
E-mail: office@zirm.net
Homepage: <http://www.zirm.net>

In Zusammenarbeit mit:

Univ.-Prof. Dr. Mathias Zirm

Prof. Dr. Werner Förster

Dr. Albino Parisi

Fachärzte für Augenheilkunde und Optometrie
Ordination Innsbruck: Meinhardstr. 5, A-6020 Innsbruck
Ordination Wien: Annagasse 5 / 1 / 102, A-1010 Wien

Terminvereinbarung: 0512-7273

Weitere Schriften in dieser Serie:

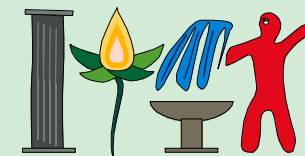
- Ein Leben ohne Brille
- Mein Weg zur LASIK-Behandlung
- Faltenbehandlung mit BOTOX
- Faltenbehandlung mit CO₂-Laser
- Besser Sehen
- Das Augenzentrum Prof. Zirm

© Herausgeber: Augenzentrum Prof. Zirm GmbH
Meinhardstr. 5, A-6020 Innsbruck

Vorsorgemedizin

Vorsorge

*Im Dienste Ihrer
Gesundheit*



augenzentrum Prof. Zirm

W I E N · I N N S B R U C K · E N N A





Liebe Patienten!

Vorsorgemedizin bedeutet, die Augenheilkunde aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. Nicht das Heilen einer Krankheit oder die Linderung von Beschwerden, sondern die Bewahrung der Gesundheit und der Sehkraft steht hier im Vordergrund.

Als medizinischer Leiter des **augenzentrum Prof. Zirm** liegt mir diese Aufgabe der Medizin besonders am Herzen. Denn die Erhaltung des Augenlichts – für den sehend geborenen Menschen wohl das höchste Gut – kann am besten gewährleistet werden, wenn Risikofaktoren rechtzeitig erkannt und beseitigt werden.

Viele Augenkrankheiten, die nur schwer zu behandeln sind, lassen sich im Vorfeld durch gezielte Maßnahmen vermeiden oder zumindest um Jahre hinauszögern und lindern. Patienten mit einem erhöhten Risiko sollten deshalb regelmäßig ihren Augenarzt aufsuchen. Damit geben sie ihm die Chance, rechtzeitig einzugreifen und vorbeugende Maßnahmen zu setzen. Ist ein Auge erkrankt, kann die Sehkraft in vielen Fällen nur mit aufwendigen Eingriffen wieder hergestellt werden.

Diese Broschüre soll Ihnen helfen, Risiken richtig einzuschätzen und die Notwendigkeit regelmäßiger ärztlicher Kontrollen zu erkennen.

Ihr Univ. Prof. Dr. Mathias Zirm

Gesundheit bedeutet Lebensqualität

Gesundheit bedeutet nicht nur Beschwerdefreiheit, vielmehr verstehen wir darunter das körperliche und seelische Wohlbefinden. Unser Organismus reagiert nicht sofort auf negative Umwelteinflüsse und gefährliche Risikofaktoren. Oft dauert es eine beachtliche Zeitspanne bis sich die ersten Symptome einer Erkrankung bemerkbar machen.

Bei vielen Augenerkrankungen ist eine Behandlung im Vorstadium am erfolgversprechendsten. Oft genügt bereits eine geringfügige Anpassung der Lebensgewohnheiten oder die Verordnung entsprechender

Medikamente, um die Sehkraft zu bewahren. In jedem Fall ist es aber notwendig, durch regelmäßige Kontrollen den Verlauf einer Krankheit zu verfolgen, um eventuelle Verschlechterungen rasch zu erkennen. Schließlich sind manche Schäden am Auge trotz moderner Medizin manchmal unheilbar.

Wann sollten Sie zum Augenarzt?

Bei verschiedenen Risikofaktoren ist ein regelmäßiger Besuch beim Augenarzt erforderlich. Daneben sollten altersabhängig Kontrolluntersuchungen durchgeführt werden:

- **Untersuchungen im ersten und zweiten Lebensjahr sowie im Vorschulalter:** Gerade bei Babies und Kleinkindern sind Augenerkrankungen und Sehfehler schwer zu erkennen. Um etwaige Augenfehler frühzeitig zu diagnostizieren und die altersgerechte Entwicklung des kindlichen Auges beobachten zu können, ist eine Untersuchung nötig.
- **Untersuchungen ab dem 40. Lebensjahr:** Ab dem 40. Lebensjahr steigt das Risiko für Augenerkrankungen, auch ohne dass Beschwerden auftreten. Deshalb sollte jedes zweite Jahr ein Augenarzt aufgesucht werden.
- **Jährliche Untersuchungen bei Diabetes:** Diabetiker zeigen häufig Augenerkrankungen, an denen sie erblinden können.
- **Jährliche Untersuchungen bei Menschen mit hoher Fehlsichtigkeit:** Bei stark kurz- und weit-sichtigen Menschen bestehen erhöhte Risiken.
- **Regelmäßige Untersuchungen bei Netzhaut-erkrankungen:** Menschen, bei denen bereits Risse oder Ablösungen der Netzhaut aufgetreten sind, oder an einer Netzhautverkalkung leiden, müssen ihre Augen regelmäßig kontrollieren lassen.
- **Dreimonatige Untersuchungen bei Grünem Star:** Nur regelmäßige Kontrollen ermöglichen eine gute Einstellung des Augendruckes.
- **Jährliche Untersuchungen nach Operationen des Grauen Stars,** da Veränderungen der Netzhaut und hinter der Kunstlinse rechtzeitig erkannt werden müssen.
- **Jährliche Untersuchungen nach Operationen der Fehlsichtigkeit.**
- **Immer einen Augenarzt aufsuchen** sollten Sie, wenn Sie unter plötzlich auftretenden Sehstörungen, Schmerzen am Auge oder sichtbaren Veränderungen leiden!

Selbsttest: Gehen Sie oft genug zum Augenarzt?

Frage 1: Sie sind über 40 Jahre alt. Haben Sie in den letzten zwei Jahren Ihren **Augendruck messen lassen**?
 Nein: 5 Punkte Ja: 0 Punkte

Frage 2: Sie haben **mehr als fünf Dioptrien Fehlsichtigkeit**. Waren Sie in den letzten zwei Jahren beim Augenarzt?
 Nein: 1 Punkt Ja: 0 Punkte

Frage 3: Sie sind an der **Netzhaut, Linse oder Hornhaut operiert worden**. Waren Sie in den letzten zwei Jahren beim Augenarzt?
 Nein: 5 Punkte Ja: 0 Punkte

Frage 4: Sie leiden an **Zuckerkrankheit oder Bluthochdruck**. Waren Sie deshalb schon bei einem Augenarzt?
 Nein: 5 Punkte Ja: 0 Punkt

Frage 5: Sie leiden in letzter Zeit unter **plötzlich auftretenden Sehstörungen**. Waren Sie deshalb schon bei einem Augenarzt?
 Nein: 5 Punkte Ja: 0 Punkte

Frage 6: Ihre **Sehkraft** hat in letzter Zeit **abgenommen**. Waren Sie deshalb schon beim Augenarzt?
 Nein: 3 Punkte Ja: 0 Punkte

Frage 7: Sie leiden an einem **Grünen Star**? Waren Sie in den letzten sechs Monate deshalb beim Augenarzt?
 Nein: 5 Punkte Ja: 0 Punkte

Frage 8: Sie haben den Eindruck, dass sich Ihr **Gesichtsfeld eingeschränkt** hat. Haben Sie darüber schon mit Ihrem Augenarzt gesprochen?
 Nein: 5 Punkte Ja: 0 Punkte

Frage 9: Ein unmittelbar **Verwandter leidet an einer Missbildung** des Auges, oder Sie selbst haben eine angeborene Augenerkrankung. Haben Sie Ihren Augenarzt gefragt, ob ein Risiko für Ihre Nachkommen besteht?
 Nein: 3 Punkte Ja: 0 Punkte

Zutreffendes bitte Ankreuzen.