

Tränende, juckende Augen. Tipps für den Linsenträger.

Vermeehrt klagen in diesen Tagen Contactlinsenträger über juckende und tränende Augen. Das Gefühl sei nicht konstant, es ändert sich von Tag zu Tag, mal ist es mehr, mal ist es weniger. Nach einer Kontrolle ist klar: die Contactlinsen und deren Sitz sind in Ordnung - der Contactlinsenträger könnte demnach an einer Pollen-Allergie leiden.

Der Pollenflug hat sich in den letzten Jahren auf Grund des milden Klimas verändert. Kaum haben die Temperaturen Plusgrade erreicht, sind die ersten Pollen unterwegs. Je nach Witterung dauert die Pollenflugzeit länger und fängt auch früher wieder an. So kann es sein, dass erst im November die letzten Gräser- und Brennnesselpollen unterwegs waren und bereits im Dezember die ersten Haselnusspollen fliegen. Vermutlich wissen das viele Heuschnupfengeplagte und dennoch kann es vorkommen, dass man diese mögliche Ursache nicht in Betracht zieht.

Typische Beschwerden bei Heuschnupfenallergie sind

- ▶ Juckreiz
- ▶ Vermehrter Tränenfluss
- ▶ Bindehautrötung/ödematöse Bindehautschwellung
- ▶ Erhöhte Lichtempfindlichkeit
- ▶ Schwellung der Augenlider
- ▶ Bindehautentzündung

Es gibt eine ganze Reihe Tipps, die jedem Heuschnupfengeplagten, aber besonders dem heuschnupfengeplagten CL-Träger hilfreich sein können:

- 💧 Grundsätzlich gilt: Auch Allergiker können CL tragen. Es ist dabei jedoch zu beachten, dass allergiebedingte Symptome oder auch Nebenwirkungen von notwendigen Allergiker-Medikamenten den Tragekomfort der CL beeinträchtigen können. Es gibt Konstellationen, bei welchen eine CL-Tragepause vorzuziehen ist. Auch kann es sein, dass das Tragen von CL die Beschwerden verringert, da die CL einen empfindlichen Teil des Auges abdeckt.
- 💧 Werden Augentropfen verwendet, sollte auf jeden Fall geklärt werden, ob sie für CL-Träger geeignet sind.
- 💧 Pollen können bis zu 5 Stunden an der Augenoberfläche haften bleiben und so zu massiven Beschwerden am Auge führen. Werden CL getragen, können sich die Pollen unter den Linsen festsetzen und bleiben dann noch länger am Auge. Es kann daher sehr hilfreich sein, die Augen und die CL zwischendurch zu spülen. Am besten ist dafür eine konservierungs-mittelfreie Kochsalzlösung geeignet.
- 💧 Möglichst konservierungs-mittelfreie Pflegemittel verwenden.
- 💧 Die Pollenkonzentration ist in ländlichen Gebieten morgens am höchsten, in der Stadt jedoch abends. Dies sollte man beim Lüften beachten: Auf dem Land eher in den Abendstunden, in der Stadt besser am Morgen lüften.
- 💧 Beim Autofahren die Fenster geschlossen halten. Jährlich den Pollenfilter der Lüftungsanlage wechseln und dabei am besten auch die Filterbox und die Klimaanlage reinigen.
- 💧 Abends möglichst Gesicht und Haare waschen. Die Straßenkleidung sollte nicht im Schlafzimmer abgelegt werden.
- 💧 Bettwäsche häufiger wechseln
- 💧 Sind die Beschwerden massiv, so kann es hilfreich sein, Eintageslinsen für den entsprechenden Zeitraum zu tragen, sofern es die Korrekturwerte erlauben.

Quelle: Hecht Contactlinsen Österreich