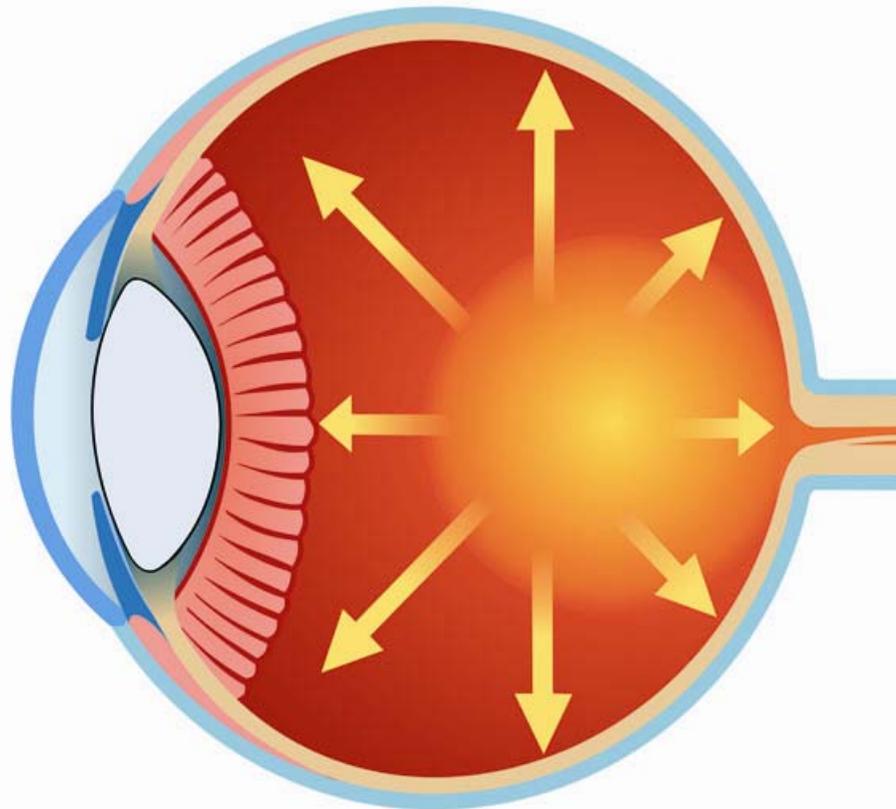


# **Tropfschulung für Patienten mit Grünem Star (Glaukom)**

# Die Erkrankung Grüner Star (Glaukom) bzw. okuläre Hypertension (erhöhter Augeninnendruck)

- **Der Augenarzt hat bei Ihnen Grünen Star oder erhöhten Augeninnendruck festgestellt. Dies ist eine chronische, also dauerhafte Erkrankung.**



# Die Erkrankung Grüner Star (Glaukom) bzw. okuläre Hypertension (erhöhter Augeninnendruck)

- **Sie selbst merken zunächst nichts (z. B. keine Schmerzen oder verschlechtertes Sehvermögen), aber ohne Behandlung kann Ihr Sehvermögen schlimmstenfalls bis zur Erblindung geschädigt werden.**
- **Zur Behandlung hat Ihnen Ihr Augenarzt deshalb Augentropfen verschrieben.**
- **Um Ihr Sehvermögen zu bewahren, ist es unbedingt wichtig, dass Sie regelmäßig gemäß Anweisung Ihres Augenarztes tropfen. Die Behandlung des Grünen Stars ist ein lebenslanger Prozess. Ihre praktische Mitarbeit ist nötig!**

## **Schritt für Schritt – woran sollten Sie *vor* dem Tropfen denken?**

- **Lesen Sie den Beipackzettel (Gebrauchsinformation) Ihrer Augentropfen aufmerksam durch.**
- **Der Beipackzettel ist in kleiner Schrift gedruckt und daher nur schlecht lesbar. Ein Großkopieren des Beipackzettels im Kopierladen kann hilfreich sein. Oder: im Internet unter <http://www.patienteninfo-service.de/> sind bereits die Beipackzettel einiger Medikamente in Großdruck verfügbar bzw. mit einer Vorlesefunktion versehen.**

## Schritt für Schritt – woran sollten Sie *vor dem Tropfen* denken?

- **Legen Sie sich Ihre Hilfsmittel bereit, wie zum Beispiel einen Spiegel. Von einigen Firmen werden Tropfhilfen oder Dosierungshilfen angeboten. Diese kann Ihr Arzt oder Apotheker für Sie bestellen.**
- **Wenn Sie Kontaktlinsenträger sind, dann nehmen Sie bitte Ihre Kontaktlinsen 10 Minuten vor Anwendung Ihrer Augentropfen heraus.**
- **Waschen Sie sich vor dem Tropfen die Hände.**
- **Nehmen Sie sich Zeit und Ruhe.**



# Schritt für Schritt – Öffnen des Einzeldosisbehältnisses

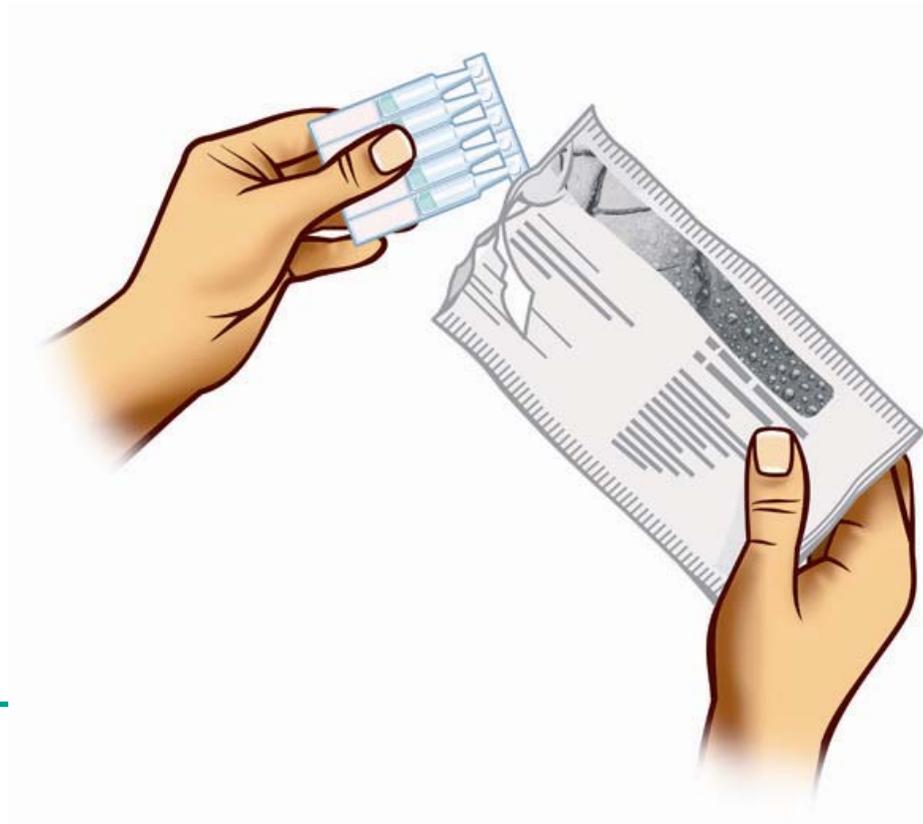
**Wenn Ihr Arzt Ihnen Augentropfen in Einzeldosisbehältnissen  
verschrieben hat:**

**Öffnen Sie den Beutel mit den Einzeldosisbehältnissen,  
indem Sie ihn an einer Seite aufreißen.**



# Schritt für Schritt – Öffnen des Einzeldosisbehältnisses

**Nehmen Sie einen Streifen mit Einzeldosisbehältnissen aus dem Beutel.**



# Schritt für Schritt – Öffnen des Einzeldosisbehältnisses

**Brechen Sie ein Einzeldosisbehältnis von dem Streifen ab.**



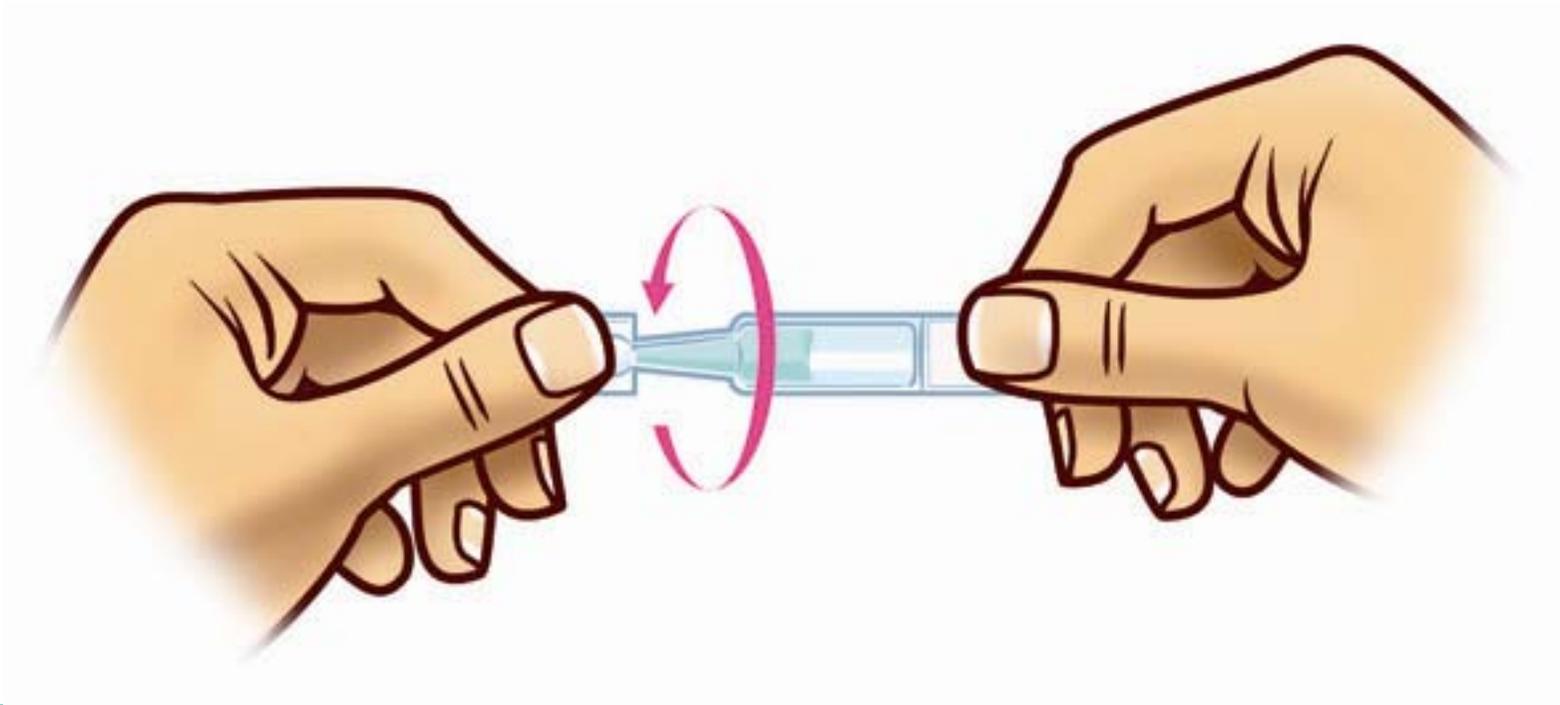
## Schritt für Schritt – Öffnen des Einzeldosisbehältnisses

Die Lösung im Einzeldosisbehältnis sollte sich in der Nähe der Tropferspitze befinden. Hierfür können Sie das Einzeldosisbehältnis ein bis zwei Mal ‚herunterschlagen‘ wie ein Fieberthermometer.



## Schritt für Schritt – Öffnen des Einzeldosisbehältnisses

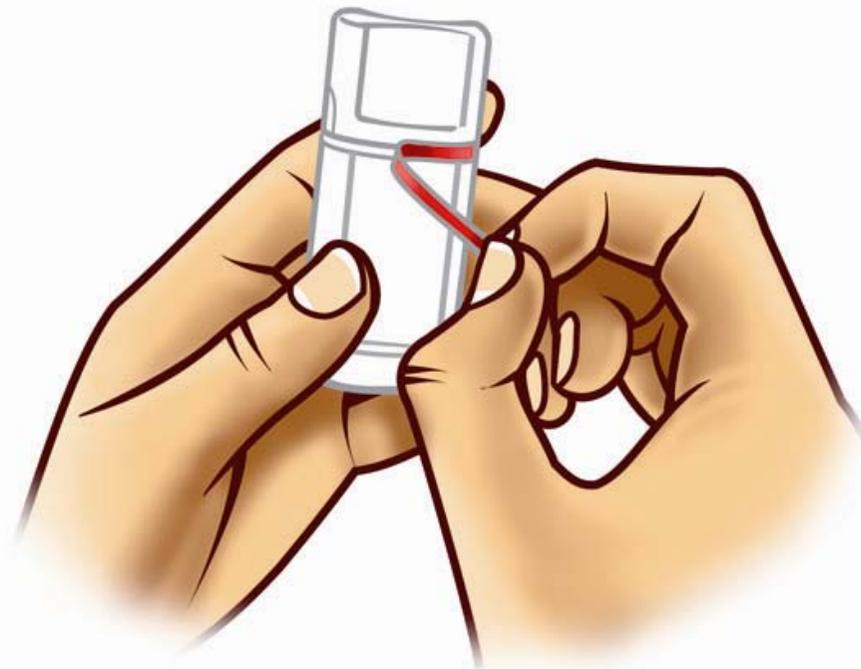
Öffnen Sie das Behältnis, indem Sie die Spitze abdrehen.



# Schritt für Schritt – Öffnen der Flasche

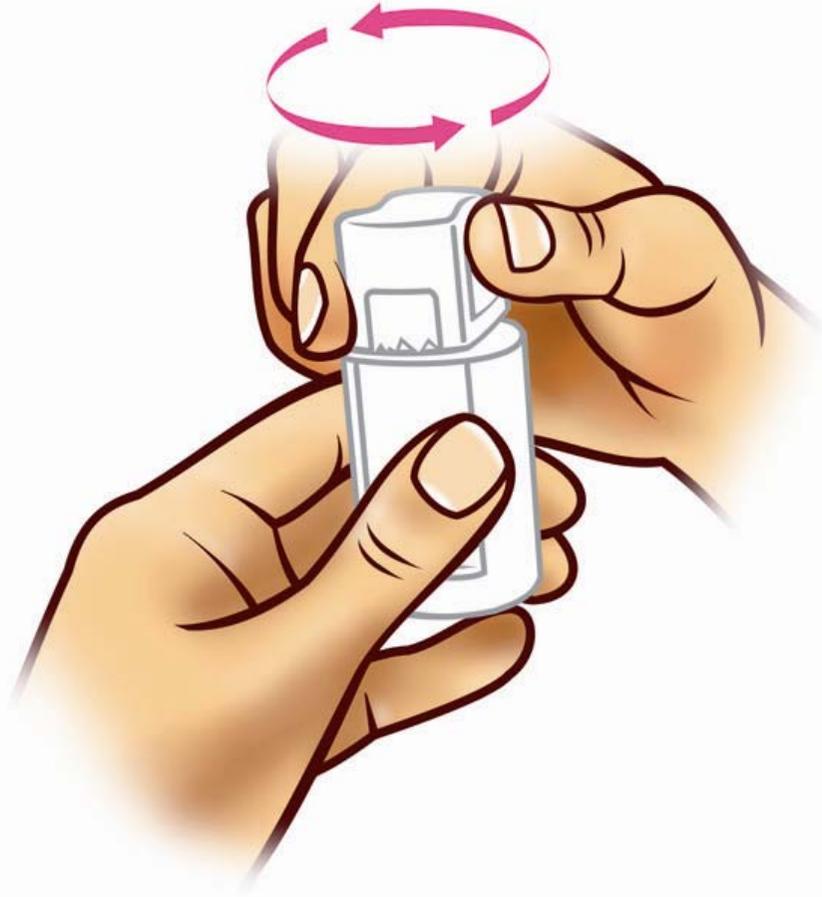
**Wenn Ihr Arzt Ihnen Augentropfen in einer Flasche  
verschrieben hat:**

**Bei einigen Flaschen muss vor dem Öffnen ein Sicherheits-  
Papierstreifen abgezogen werden. Andere Flaschen müssen  
vor der Anwendung geschüttelt werden.**



## Schritt für Schritt – Öffnen der Flasche

**Drehen Sie die Verschlusskappe ab. Oft hören Sie ein Knacken beim Öffnen.**



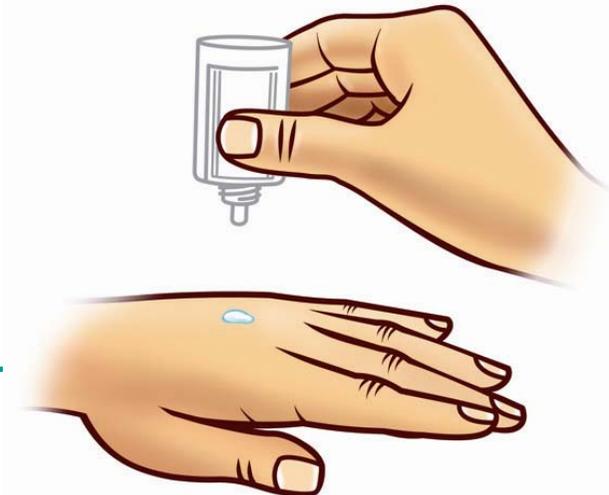
## Schritt für Schritt – Öffnen der Flasche

**Falls ein loser Plastikring (unterer Teil der Verschlusskappe) auf der Flasche verbleibt, entfernen Sie diesen vorsichtig, damit er Ihnen beim Tropfen nicht ins Auge fällt. Bitte passen Sie auf, dass Sie dabei die Tropferspitze der Flasche nicht berühren.**



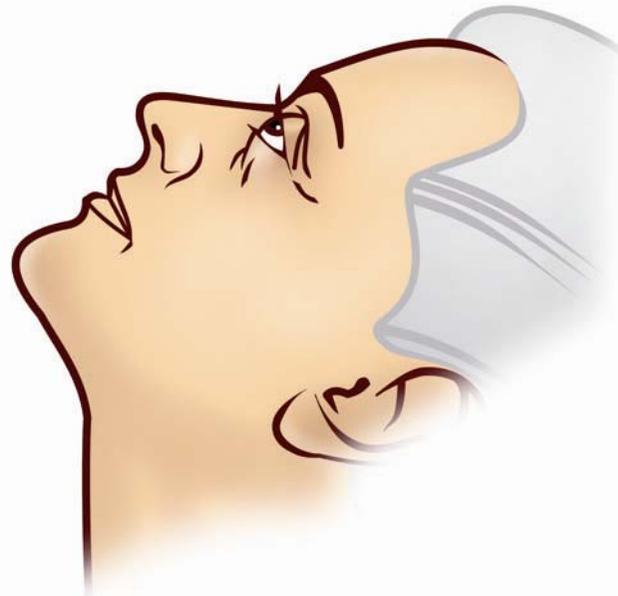
## Schritt für Schritt – worauf sollten Sie beim *allerersten* Tropfen achten?

- **Bevor Sie zum allerersten Mal in Ihr Auge tropfen, probieren Sie einmal aus, wie sich der Tropfen aus dem Behälter löst, indem Sie auf ein Taschentuch oder auf Ihren Handrücken tropfen.**
- **Kommt der Tropfen fast von allein heraus? Wie viel Druck müssen Sie mit den Fingern auf den Behälter ausüben? Wo genau müssen Sie auf den Behälter drücken (zum Beispiel Boden des Behälters oder Bauch des Behälters)?**



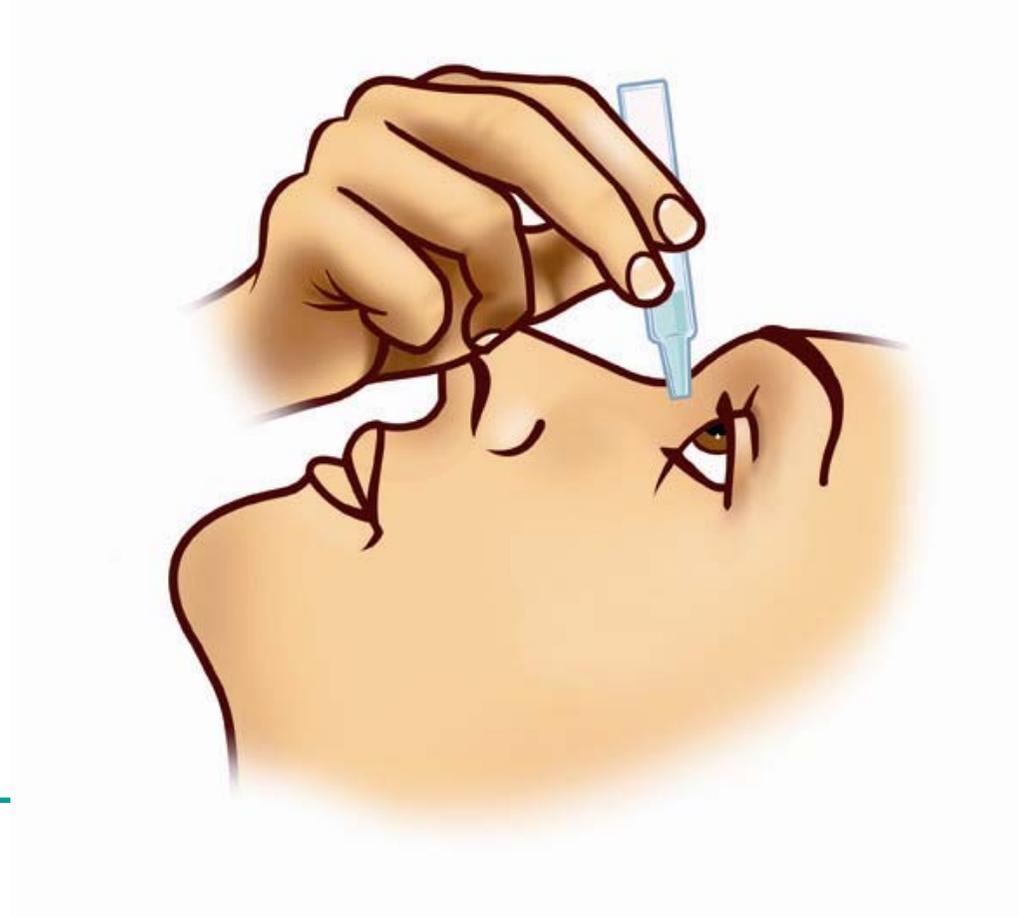
## Schritt für Schritt – so geht das Tropfen

- **Bitte achten Sie unbedingt darauf, dass die Tropferspitze beim Tropfen nicht das Auge oder die Umgebung des Auges berührt, denn sonst können Sie sich verletzen. Außerdem kann es zu Verunreinigungen der Augentropfen mit Bakterien kommen.**
- **Legen Sie den Kopf in den Nacken (vorsichtig, falls Sie Nackenprobleme haben). Manchen fällt es leichter, wenn sie im Liegen tropfen. Die „einzig richtige“ Tropfposition gibt es nicht – tropfen Sie in der Position, in der es für Sie am einfachsten ist.**



## Schritt für Schritt – so geht das Tropfen

**Bringen Sie mit der einen Hand die Öffnung des Behältnisses  
nahe über Ihr Auge.**



## Schritt für Schritt – so geht das Tropfen

**Ziehen Sie mit der anderen Hand das Unterlid nach unten, so dass sich zwischen Ihrem Augenlid und Ihrem Auge eine Tasche bildet (Bindehautsack). Achten Sie darauf, dass die Tropferspitze sich direkt über Ihrem Auge befindet. Passen Sie unbedingt auf, dass dabei die Tropferspitze nicht ans Auge kommt.**



## Schritt für Schritt – so geht das Tropfen

Schauen Sie nun nach oben. Drücken Sie leicht das Behältnis zusammen und lassen Sie *einen* Tropfen in die Tasche zwischen dem unteren Augenlid und dem Auge fallen.

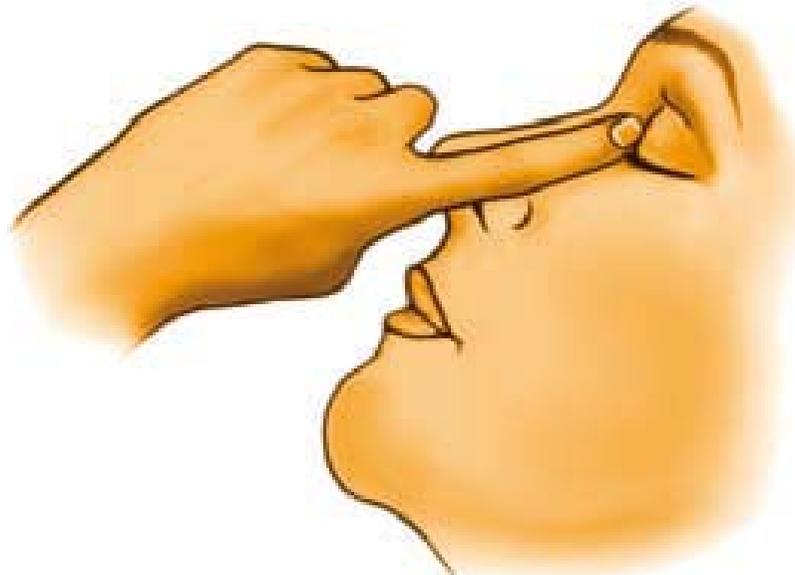


## Schritt für Schritt – so geht das Tropfen

- **Die hier beschriebene Art zu tropfen (Tropfen mit zwei Händen) wenden die meisten Patienten an. Einige Patienten haben für sich noch andere „Tropftechniken“ entwickelt.**
- **Wichtig ist: es gibt nicht die „einzig richtige“ Tropftechnik. Nehmen Sie die Handhaltung, mit der Sie am besten klar kommen, um damit den Tropfen in Ihr Auge zu bringen (ohne mit der Tropferspitze etwas zu berühren).**

## Schritt für Schritt – woran sollten Sie *nach* dem Tropfen denken?

- **Lassen Sie das Unterlid wieder los.**
- **Schließen Sie das Auge und drücken Sie etwa eine Minute lang sanft mit dem Finger auf den inneren Winkel des Auges. Das hilft zu verhindern, dass der Tropfen über den Tränenkanal abfließt. Bitte das Auge nicht zukneifen, da sonst der Tropfen wieder aus dem Auge herausgedrückt wird.**



## Schritt für Schritt – woran sollten Sie *nach* dem Tropfen denken?

**Wischen Sie jegliche überschüssige Flüssigkeit von der Haut um das Auge mit einem Taschentuch oder einem Wattebausch vorsichtig ab.**



## Schritt für Schritt – woran sollten Sie *nach* dem Tropfen denken?

- **Gelangt der Tropfen nicht in Ihr Auge, versuchen Sie es nach einer kurzen Pause noch einmal.**
- **Falls Ihr anderes Auge auch betroffen ist, tropfen Sie nun Ihr zweites Auge.**
- **Falls Sie sich aus einer Flasche getropft haben: verschließen Sie diese sorgfältig.**



## **Schritt für Schritt – woran sollten Sie *nach* dem Tropfen denken?**

- **Wenn Sie noch andere Augentropfen anwenden, so sollte zwischen den Anwendungen jeweils 10 Minuten gewartet werden, denn das Auge kann auf einmal nur einen Tropfen aufnehmen.**
- **Wenn Sie Kontaktlinsenträger sind, dann setzen Sie die Linsen 10 Minuten nach Anwendung aller Augentropfen wieder ein.**
- **Falls es mit dem Tropfen selbst nicht klappt, können Sie vielleicht einen Verwandten, Nachbarn oder Freund bitten, Sie zu tropfen.**

## Schritt für Schritt – woran sollten Sie *nach* dem Tropfen denken?

- **Bewahren Sie Ihre Augentropfen in der Verpackung auf, um sie vor Licht zu schützen.**
- **Viele Augentropfen können bei Raumtemperatur gelagert werden, andere müssen in den Kühlschrank. Bitte lesen Sie im Beipackzettel nach, in welchem Temperaturbereich Ihre Tropfen gelagert werden sollen.**



## **Tropfen Schritt für Schritt – weitere Informationen**

- **Gehen Sie unbedingt regelmäßig zu Ihrem Augenarzt. Ihr Augenarzt kontrolliert, ob Ihre Augentropfen wirken.**
- **Bitte informieren Sie Ihren Augenarzt, falls Sie neben den Augentropfen noch andere Medikamente nehmen oder gesundheitliche Beschwerden haben.**
- **Bitte informieren Sie auch Ihren Hausarzt über Ihre Augentropfen, falls Sie neben den Augentropfen noch andere Medikamente nehmen oder gesundheitliche Beschwerden haben.**

## **Tropfen Schritt für Schritt – weitere Informationen**

- **Der Bindehautsack ist verschieden groß – bei einigen Menschen ist er sehr klein, bei anderen sehr groß. Dadurch kann das Tropfen schwieriger oder einfacher sein.**
- **Manche Patienten finden es angenehmer, leicht gekühlte Augentropfen anzuwenden. Sie bewahren daher die Augentropfen in einem Fach der Kühlschrankschranktür auf und wärmen sie vor dem Tropfen kurz in ihrer Hand an. Bei einem leicht gekühlten Augentropfen können manche Patienten auch besser feststellen, ob der Tropfen tatsächlich im Auge gelandet ist.**

# Tropfen Schritt für Schritt – weitere Informationen

- **Augentropfen in Flaschen enthalten in der Regel Konservierungsmittel. Augentropfen in Einzeldosisbehältnissen enthalten keine Konservierungsmittel. Sie können besonders für Patienten mit empfindlichen Augen, trockenen oder geröteten Augen vorteilhaft sein.**



## Was kann ich als Patient mit Grünem Star (Glaukom) noch tun?

- **Hören Sie mit dem Rauchen auf, weil Rauchen die Blutversorgung Ihres Auges verschlechtern kann.**
- **Trinken Sie ausreichend Flüssigkeit (zum Beispiel Wasser oder ungesüßte Tees).**
- **Vermeiden Sie Überanstrengung und Stresssituationen.**
- **Gemäßigte sportliche Betätigung, insbesondere Bewegung an der frischen Luft, ist wichtig.**

## Wo kann ich mich als Patient mit Grünem Star (Glaukom) noch informieren?

- **Der Berufsverband der Augenärzte informiert auf seiner Homepage: <http://cms.augeninfo.de/>**
- **Der Bundesverband Glaukom-Selbsthilfe e. V. umfasst viele Selbsthilfegruppen in allen Bundesländern, in denen Sie sich vor Ort mit anderen Patienten austauschen können. Kontaktadressen finden Sie unter: <http://www.bundesverband-glaukom.de/>**
- **Weitere Informationen über den Grünen Star finden Sie auf der Homepage <http://www.glaukom.de/>**
- **Es gibt verschiedene Bücher und Broschüren zum Thema Grüner Star (Glaukom).**

**Viel Erfolg für das Tropfen zu Hause!**

**Diese Präsentation wurde erstellt  
mit freundlicher Unterstützung  
des Bundesverbandes Glaukom-Selbsthilfe e. V.**



**MSD**

© 2011 MSD SHARP UND DOHME GMBH, Lindenplatz 1, 85540 Haar