



Parkinsonbetroffene: «Manchmal sehe ich doppelt.» Foto: Keystone

## Parkinson und Sehstörungen – was kann man tun?

**Parkinsonbetroffene leiden an verschiedenen Sehstörungen, die ihren Alltag erschweren und auch ein erhöhtes Risiko für Stürze bedeuten. Die Orthoptistin Iris Reckert geht auf Beschwerden von Betroffenen ein und schlägt Lösungen vor.**

Parkinson-typische Phänomene wie eine reduzierte Blinzelfrequenz, verlangsamte Augenbewegungen und ein starres Blickverhalten mit zeitweiligen Doppelbildern beeinträchtigen verschiedene Alltagsaktivitäten erheblich. Da die Parkinsonkrankheit häufig im höheren Lebensalter auftritt, werden Betroffene nebst den Parkinson-bedingten Sehstörungen auch von den üblichen altersbedingten Augenproblemen nicht verschont. Diese sind etwa Trübungen der Augenlinse (grauer Star) oder Störungen der Netzhautfunktion (z. B. Macula-Degeneration). In Kombination mit der Erkrankung werden altersübliche Sehprobleme im Alltag oft als besonders lästig und mühsam empfunden.

### *Bei manchen Sehstörungen helfen einfache Massnahmen oder kleine Tricks.*

Die augenärztliche Untersuchung und die Beratung durch Fachleute wie Orthoptistin oder Optiker sind immer wichtig und werden in den einzelnen Empfehlungen nicht extra erwähnt. Bei manchen Sehstörungen helfen aber auch einfache Massnahmen oder kleine Tricks. Nachfolgend wird auf konkrete Beschwerden von Betroffenen eingegangen.

#### **«Ich komme mit der Gleitsichtbrille nicht mehr zurecht.»**

Ab 50 Jahren tragen viele eine Gleitsichtbrille. Sie enthält eine Korrektur für die Ferne und eine für die Nähe. Anpassung und Zentrierung der Brille sind dabei sehr wichtig. Zudem muss durch den jeweiligen Glasteil sehr präzise fixiert werden, was gesunde Menschen durch unbewusste kleine Kopf- und Körperbewegungen erreichen.

Bei fortschreitender Parkinsonkrankheit fehlen diese Bewegungen häufig. Der Blick ist in der Regel eher starr und der optimale Glasbereich der Brille wird nicht gefunden. Daher ist das Bild immer wieder verschwommen. Was tun?

- Bitten Sie den Optiker, Zentrierung und Sitz der Brille zu überprüfen.
- Tragen Sie getrennte Brillen für Ferne und Nähe.

#### «Manchmal sehe ich doppelt.»

Das Zusammenspiel beider Augen ist komplex und braucht verschiedene Steuerungsmechanismen. Doppelbilder entstehen, wenn beide Augen nicht punktgenau miteinander schauen. Durch den oft starren Blick der Parkinsonbetroffenen und die geringe Blinzelfrequenz erhält das Augenpaar wenige Impulse, um kleine Ungenauigkeiten selbst auszugleichen. Ein Auge weicht dann leicht ab und es entstehen Doppelbilder. Was tun?

- Bringen Sie Bewegung ins Spiel: Blinzeln Sie und wechseln Sie die Blickrichtung.
- Motto: Wegschauen und neu zielen.

#### «Ich sehe dauernd doppelt.»

Ist ein Augenstellungsfehler zu gross, können auch Tricks nicht mehr helfen. Das Augenpaar kann sich nicht mehr gerade ausrichten und Doppelbilder bleiben bestehen, häufig nur in einer Blickdistanz. Bei Parkinsonbetroffenen ist oft die Nahaufstellung der Augen reduziert, und in diesem Fall entstehen die Doppelbilder nur beim Blick in die Nähe. Was tun?

- Sehr oft hilft eine Prismen-Korrektur. Prismen sind Gläser, die über eine Bildverschiebung Doppelbilder korrigieren.

#### «Beim Lesen schwimmt mir immer wieder der Text.»

Dies kann vielfältige Ursachen haben und erfordert eine fachkompetente Abklärung. Besonders muss darauf geachtet werden, ob die jeweilige Brille für die Lesedistanz stimmt, ob die Augen korrekt miteinander arbeiten und ob sie gut befeuchtet sind.

Parkinson-bedingt ist es aber auch möglich, dass ein Dopaminmangel in der Netzhaut verschwommenes Sehen und eine schwache Kontrastwahrnehmung verursacht. Was tun?

- Nutzen Sie eine Leselampe (LED oder Kaltlicht), die den Text optimal beleuchtet. Dies erhöht den Kontrast des Textes.
- Nutzen Sie die Leselampe auch bei Tageslicht.
- Nutzen Sie eine Extraleselampe, die für Ihre Lesedistanz eingestellt ist.
- Achten Sie darauf, regelmässig zu blinzeln.
- Schauen Sie immer mal wieder vom Text weg und bewegen Sie Ihre Augen.
- Nutzen Sie ein Tränenersatzmittel ohne Konservierungsstoff.

#### «Meine Augen sind trocken.»

Parkinsonbetroffene sind mit diesem Problem besonders häufig konfrontiert. Einerseits spielt das höhere Lebensalter eine Rolle, andererseits aber auch der durch die Erkrankung reduzierte Blinzelflex. Die Blinzelfrequenz wird nicht mehr von selbst ausgelöst, die Augen bleiben starr und offen und die Tränenflüssigkeit verdunstet. Was tun?

- Nutzen Sie ein Tränenersatzmittel ohne Konservierungsstoff zur Befeuchtung.
- Nutzen Sie das Tränenersatzmittel regelmässig.
- Achten Sie bewusst darauf, häufiger zu blinzeln.

#### «Oft überlaufen meine Augen.»

Paradoxerweise gehört das Tränenüberlaufen oft zum «trockenen Auge». Wenn die Tränenflüssigkeit nicht die erforderliche Zusammensetzung und Qualität bietet, ist die Augenvorderfläche nicht gut gepflegt. Das Auge ist eigentlich zu trocken. Die Tränendrüse produziert dann

mehr Flüssigkeit, sodass die Tränen überlaufen. Da die Qualität aber weiterhin nicht stimmt, ist das Problem nicht gelöst. Was tun?

- Nutzen Sie ein Tränenersatzmittel ohne Konservierungsstoff.
- Blinzeln Sie regelmässig, um die Tränenflüssigkeit gut zu verteilen.

#### «Eine Operation des grauen Stars ist geplant. Was muss ich besprechen?»

Informieren Sie Ihren Augenarzt unbedingt über Ihre Parkinsonerkrankung. Oft wird die sogenannte Monovision als Korrektur nach der Operation des grauen Stars gewählt. Dabei wird ein Auge für die Ferne und ein Auge für die Nähe eingestellt. Dies kann für Parkinsonbetroffene problematisch sein. *Iris Reckert, Zihlschlacht*



**Iris Reckert** ist Orthoptistin in der Rehaklinik Zihlschlacht. Foto: zvg Iris Reckert



## Zum Thema

### Halluzinationen

Bei Parkinson können auch Halluzinationen vorkommen, in der Regel optische Halluzinationen. Das sind durch Sinnestäuschung hervorgerufene Wahrnehmungen. Man sieht etwas, das in der Realität gar nicht da ist. Meist sind Halluzinationen bei Parkinsonbetroffenen eine Nebenwirkung der dopaminergen Therapie.

Was tun? – Melden Sie Halluzinationen Ihrem Hausarzt oder Ihrer Neurologin. Oft hilft die Anpassung der Dosierung des Anti-Parkinson-Medikaments. Angehörige sollen ruhig bleiben, aber nicht behaupten, sie würden die Halluzination auch sehen. *Parkinson Schweiz*