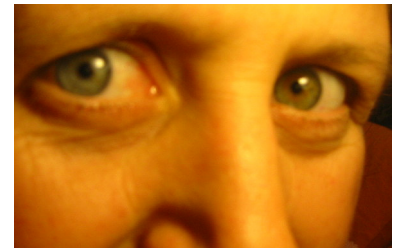


# Bericht zu meiner Augen-Laser-Operation \*



## März 1999

Ich musste der Wahrheit ins Auge blicken – im wahrsten Sinne des Wortes! Meine Augen waren so schwach, dass ich im Urlaub auf Ibiza meine Reisegruppe nicht mehr sah. Das war das Schlüsselerlebnis. Ich ging widerwillig zum Augenarzt. Seit 1986 übte ich täglich beruflich eine PC-Tätigkeit aus, nun war eine Brille unausweichlich. Im Sommer 1999 probierte ich Kontaktlinsen. Die Linsen namens Focus Toric visitint von CibaVision vertrug ich am besten und trug sie auch die ganzen Jahre. Sie haben meine Lebensqualität gesteigert. Jedoch merkte ich in den letzten Jahren, dass die Augen immer gereizter auf die Linsen reagierten. Vor Allem in verrauchten Räumen hatte ich Probleme und spätabends, wenn ich die Linsen über 10 Stunden getragen hatte. So wechselte ich immer wieder zur Brille, welche ich aber auch nicht sonderlich mochte.

## Oktober 2007

Das lästige Brillen- und Kontaktlinsentragen sollte endlich der Vergangenheit angehören.

Meine Augenwerte lauteten:

Rechts: -2,50 und Krümmung -1,00

Links: -3,00 und Krümmung -1,00

Ich erfuhr, dass es in der Augenpraxisklinik in Heidelberg eine Infoveranstaltung zum Thema Augen-Lasern geben sollte und nahm daran teil.

Mittels Lichtbildvortrag wurden den Interessenten die verschiedenen Operationsmethoden und –Möglichkeiten, –Risiken und –Chancen von einem Arzt geschildert.

Er stellte ganz kurz die 3 Lasermethoden vor:

- LASIK (Laser in situ Keratomileusis) = Methode mit Messerschnitt an der Hornhaut, und fast ohne Schmerzen danach.
- PRK/LASEK (Laser Epithelial Keratomileusis) = Methode mit Abschaben der Hornhaut, statt Messerschnitt, wobei man etwa 1 Woche zur Heilung braucht.
- Femto-LASIK = ähnlich LASIK, mit verfeinerter Technik, dafür teurer.

Der Referent antwortete auch auf kurze Zwischenfragen und verstand es, mich relativ schnell vom Erfolg der Laser-Operationen zu überzeugen. Er sagte, dass auf der ganzen Welt kein einziger Fall bekannt ist, bei der ein Patient durch solch eine Laser-OP blind geworden ist. Lediglich Entzündungen oder Komplikationen nach dem Schnitt an der Hornhaut bei der LASIK können bei einem geringen Prozentsatz der Patienten auftreten. Die Infoveranstaltung war für die Allgemeinheit gedacht – gezielte Patientengespräche oder gar Untersuchungen wurden nicht durchgeführt, konnten aber terminlich vereinbart werden.

Ich jedenfalls habe damals bereits die Entscheidung getroffen, mich lasern zu lassen. Die Alters-Weitsichtigkeit kann in ein paar Jahren trotzdem kommen, aber mit einer Lesebrille kann ich leben.

## November 2007

Ich hatte einen Termin zur kostenlosen Laser-Voruntersuchung. Hier wurde festgestellt:

Eignen sich meine Augen überhaupt zum lasern?

Wie ist meine aktuelle Sehstärke, Augeninnendruck etc....?

Ein Optiker untersuchte ausführlich die Beschaffenheit meiner Augen. Mit viel Geduld beantwortete er meine Fragen, räumte meine Zweifel aus dem Weg und gab grünes Licht für eine Laser-Operation.

## 11. August 2008

Erneuter Termin in der Augenpraxisklinik. Eine Woche lang trug ich nun keine Kontaktlinsen mehr.

Hier wurde festgestellt, dass sich die Augen trotz regelmäßiger PC-Tätigkeit seit der letzten Untersuchung nicht verschlechtert hatten. Ich war erleichtert, da ich nur bei Stillstand der Sehschwäche eine Operation machen lassen wollte. Bei der Messung der Hornhautdicke erfuhr ich, welche der drei Laser-Methoden bei mir angewandt werden konnte.

Mir wurde gesagt, dass bei meiner Hornhautdicke (etwa 540  $\mu\text{m}$ ) die LASIK – also die relativ schmerzfreie Methode gemacht werden kann. Ich war erleichtert und vereinbarte den OP-Termin.

\* Dieser Bericht ist mit einfachen, nicht fachmännischen Worten formuliert und gibt nur mein eigenes Empfinden wieder. Abweichungen zu Erfahrungen anderer Personen sind gut möglich.  
\*\* keine Gewähr

## 1. Oktober 2008

Große OP-Voruntersuchung! Eine Woche lang war ich ohne Kontaktlinsen unterwegs, und hatte das Zubehör schon längst optimistisch in die Schublade verschwinden lassen.

Heute wurden noch einmal alle Werte vom 11. August überprüft und bestätigt. Es dauerte etwa 2 Stunden. Ich war mit öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs, da ich Tropfen in die Augen bekommen sollte, die meine Pupillen weiteten (Augenhintergrundmessung). Also Autofahren = tabu!

Dr. Gleibs eröffnete mir, dass die geplante LASIK-Operation, die keine postoperativen Schmerzen versprach, nun doch bei mir nicht ratsam wäre, da ich große Pupillen habe. Bei der LASIK wird ein Schnitt an der Hornhaut gemacht, und dieser birgt ein gewisses Risiko bei großen Pupillen. Die OP wäre zwar möglich, es läge aber allein in meiner Entscheidung.

Er riet mir zur LASEK-Operation, weil diese Methode für meine Augen besser geeignet wäre. Anstelle des Schnitts wird die Hornhaut nur abgeschabt. Der Nachteil der LASEK ist jedoch der längere, schmerzhaftere Heilprozeß. Ich entschied mich für die LASEK. Ich hoffte, die paar unangenehmen Tage schnell hinter mich zu bringen und war sehr optimistisch: „So schlimm wird's schon nicht werden!“

## 2. Oktober 2008 – der OP-Tag

Mein großer Tag! Meine Mutter begleitete mich, da ich kein Auto fahren durfte. Wir waren wieder mit öffentlichen Verkehrsmitteln da. Ich hatte Bauchweh wie vor einer Prüfung.

Zeitgleich war noch eine jüngere Patientin anwesend, die auch die LASEK gemacht bekommen sollte. Sie hatte ähnliche Untersuchungsergebnisse wie ich erhalten, und sich daraufhin ebenfalls für die LASEK entschieden. Und dann war da noch ein 45jähriger Mann, der auf seine LASIK wartete.

Erst bekam ich ein lustiges OP-Häubchen auf den Kopf und um die Füße. Die Arzthelferin gab mir 2mal hintereinander Narkose-Tropfen in die Augen.

Dann wurde ich in den Laser-Raum geführt, und mußte mich in die Horizontale legen. Ein Nackenkissen machte es mir bequem. Nochmals wurde ich getropft.

Das rechte Auge war zuerst dran, das andere wurde abgedeckt. Die Wimpern wurden mit weicher Klebefolie zurückgespannt, und eine Klammer wurde eingesetzt (nicht schmerzhaft, nicht unangenehm!) Dr. Gleibs schabte mit einem stumpfen Messer die Hornhaut ab, das dauerte etwa 20 sek. Als das Laser-Gerät über mich geschwenkt wurde, schaute ich geradeaus in eine rötliche Wolke. Der Geruch verriet mir dann, dass der Laser arbeitete. Das dauerte noch einmal etwa 20 sek. Danach setzte mir der Arzt eine Verbandlinse ein.

Das gleiche geschah dann mit dem linken Auge, wobei mir hierbei das Schaben der Hornhaut etwas schmerzhafter vorkam. Dies sei normal und auch andere Patienten sagten das so, meinte der Arzt, jedoch sei die Ursache für dieses Empfinden nicht geklärt. Die Narkose war ja bei beiden Augen identisch und hatte nicht nachgelassen. Ich wurde leicht nervös, da mir die Arbeit des Arztes unangenehm lang vorkam, und bekam feuchte Hände. Aber irgendwann war auch das vorbei, der Laser tat sein übriges – und dann hatte ich es geschafft. Nur 10 min waren vergangen.

Mit immer noch narkotisierten Augen führte mich die Helferin aus dem OP-Saal. Ich konnte bereits wieder sehen, habe nur eine Sonnenbrille aufgesetzt. Die Helferin hat mir ein Medikamentenpäckchen mitgegeben. Es enthielt Hylo-Comod-Tropfen, die ich stündlich zur Befeuchtung der Augen nahm.

Des weiteren Isoptomax-Tropfen, die ich 3 mal täglich nahm. Außerdem 6 Ibu400-Tabletten, ein kleines Notfall-Röhrchen mit Narkosetropfen und eine Papp-Brille.

Solange die Narkose wirkte, war alles super. Mit der Sonnenbrille geschützt, bin ich mit meiner Mutter Straßenbahn und S-Bahn gefahren, habe ein Brot gegessen, habe mit einem Schalter-Beamten der Bundesbahn ein Ticket besprochen, ... und hatte keine Schmerzen!

Aber abends, als die Narkose nachließ, ging es los! Es fühlte sich an, als hätte ich eine starke Kopfgrippe mit Druck auf die Augen. Ein naßkaltes Handtuch erleichterte mir die starken Augenschmerzen ein wenig. Außerdem – zusätzlich zu den Hylo-Comod-Tropfen – tränkten die Augen stark. Die Nacht verbrachte ich auf dem Rücken liegend, mit hohem Nackenkissen, das Zimmer abgedunkelt. Ich setzte die Papp-Brille auf, die man festkleben konnte. Ich stach Löcher hinein, damit die vielen Tränen ablaufen konnten. Des weiteren lief mir die Tränenflüssigkeit in den Rachen, reizte die Mandeln und verstopfte die Nase. Ich hätte sofort Ipatat-Lutschpastillen nehmen sollen – die hätten mir die Nase freigehalten und die Rachenschmerzen gelindert. Dies fiel mir aber gar nicht ein, denn ich war keinesfalls in der Lage, überhaupt aus dem Bett aufzustehen. Auch die Notfall-Tropfen hatte ich glatt vergessen.

Gegen 5 Uhr morgens muß ich wohl doch endlich eingeschlafen sein, aber um 7 Uhr klingelte der Wecker.

\* Dieser Bericht ist mit einfachen, nicht fachmännischen Worten formuliert und gibt nur mein eigenes Empfinden wieder. Abweichungen zu Erfahrungen anderer Personen sind gut möglich.  
\*\* keine Gewähr

### 3. Oktober 2008

9.15 Uhr – trotz Feiertag – fand die postoperative Untersuchung in der Praxis statt. Wieder fuhren meine Mutter und ich mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Ich hatte die Sonnenbrille auf, um die unangenehm starke Lichteinstrahlung zu vermeiden.

Die Schmerzen hielten sich in Grenzen, ich hatte ein leichtes Schnupfengefühl - hervorgerufen durch die gereizten Mandeln -, ich war müde, aber gut gelaunt.

In der Praxis traf ich die junge Frau wieder, die ebenfalls die LASEK bekommen hat. Sie bestätigte mir genau denselben Schmerz-Verlauf wie ich ihn hatte. Nur die OP empfand sie im Gegensatz zu mir als nicht so unangenehm. Der Mann, der die LASIK-OP hinter sich hatte, war auch da. Er hat von nur 3 Stunden Schmerzen nach der OP berichtet, seine Sehstärke konnte von -10 auf etwa -1 Dioptrin korrigiert werden. Seine Sehkraft lag nun bei über 90%. Darüber war er sehr glücklich.

Mich würde mal interessieren, ob er mittlerweile 0,0 Dioptrin erreicht hat, da sein Heilungsprozeß zu dem Zeitpunkt vermutlich noch nicht abgeschlossen war. Leider sah ich ihn nie wieder.

Die Nachuntersuchung: Der Arzt schaute mir kurz in die Augen, prüfte den Sitz der Verbandlinse und lobte den bislang guten Heilungsverlauf. Weiterhin empfahl er mir die unveränderte Einnahme der Tropfen.

Da ich übernachtigt war, legte ich mich bereits mittags 2-3 Stunden ins stockdunkle Schlafzimmer. Abends machten wir noch einen Spaziergang.

Die Nacht verlief dann besser als zuvor. Nur 4 Stunden benötigte ich, um in den Tiefschlaf zu fallen, der dann 6 Stunden anhielt. Ich habe anfangs schwarze Textil-Augenklappen aufgesetzt, um zu vermeiden, dass Staub in die Augen kommt, da ich gerne auf der Seite schlafe.

Solche Augenklappen habe ich mir früher einmal in der Apotheke besorgt und war nun froh darüber. Irgendwann in der Nacht hab ich sie aber entnervt abgemacht.

### 4. Oktober 2008

Vormittags unternahm ich einen ausgedehnten Spaziergang mit meiner Mutter, denn die Frischluft tat meinen Augen besser als die Heizungsluft. Ich konnte sehen, allerdings immer noch relativ verschwommen, und immer noch benötigte ich die Sonnenbrille. Ich war ein bißchen abgelenkt, als meine Tante zum Kaffeekränzchen kam, und wir noch einen kleinen Nachmittags-Spaziergang machten.

Dann probierte ich, TV zu schauen. Es ging tagsüber im Hellen ganz gut, jedoch strengte es noch sehr an und ich erkannte nur Umrisse.

Zeitung lesen konnte ich gar nicht. Abends konnte ich im TV die schnellen Wechselbilder nicht ertragen, sie wirkten unheimlich grell wie Blitze, deshalb gab ich es recht bald auf.

Die Nacht verlief sehr gut, ich konnte 8 Stunden durchschlafen.

### 5. Oktober 2008

Das Aha-Erlebnis! Ich konnte scharf sehen! Aber immer noch war die Schutzlinse drin, die ab und zu heftige Reibungen verursacht hat. Die Tropfen erleichterten mir den Tag, der wie gewohnt verlief: Spaziergang, Ausruhen.

### 6. Oktober 2008

Nach einer ruhigen Nacht bin ich wachgeworden und habe immer noch scharf gesehen. Das hob natürlich meine Laune! Erneuter Untersuchungstermin in der Praxis. „Die Heilung schreitet gut voran“ – sagte der Arzt und entfernte die Verbandlinse. Aber ab jetzt konnte ich nur wieder verschwommen sehen. Der Arzt stellte mir in Aussicht, dass es mal schlechter, mal besser werden kann, also keine Panik! Er stellte mir ein Privatrezept für Efflumidex-Tropfen aus (kosteten 16,50 €), die ich nach Aufbrauchen der Isoptomax-Tropfen nehmen sollte. Dann empfahl er mir weiterhin die stündliche Verwendung der Hylo-Comod-Tropfen.

### 7.-8. Oktober 2008

Unverändert und - leider – immer noch verschwommene Sicht.

Zeitung lesen, PC schauen – das war kaum möglich. TV gucken ging für 1-2 Stunden. Ich habe wieder ausgiebige Spaziergänge gemacht, um mich abzulenken. Im Freien hatte ich das Gefühl, besser zu sehen. Ich vermutete, es bessert sich zuerst das Fern-Sehen und später erst das Nah-Sehen. Jeden Morgen war ich enttäuscht, dass keine Besserung eintrat.

### 9. Oktober 2008

Immer noch leicht verschwommene Sicht.

Mein erster Arbeitstag – wir hatten ja soviel Arbeit im Büro, deshalb trieb es mich dahin. Das Autofahren hatte gut geklappt, obwohl es morgens noch dunkel war. Die PC-Arbeit strengte sehr an, aber ein paar wichtige Sachen konnte ich erledigen und war sehr froh darüber. Nach 6 Stunden wurden jedoch die Kopfschmerzen schlimmer, sodass ich äußerst pünktlich heimging und wieder einen Spaziergang machte.

\* Dieser Bericht ist mit einfachen, nicht fachmännischen Worten formuliert und gibt nur mein eigenes Empfinden wieder. Abweichungen zu Erfahrungen anderer Personen sind gut möglich.  
\*\* keine Gewähr

### 10. Oktober 2008

Unverändert wie am Vortag. Immer noch leicht verschwommen, ich war jedoch arbeiten, da meine Arbeitszeit am Freitag nur 5,5 Stunden betrug. Mittags hieß es wieder frische Luft schnappen.

### 11. Oktober 2008

Nun aber ... dachte ich. Aber denkste – immer noch sah ich nur verschwommen. Eine kleine Besserung glaubte ich zu bemerken, aber nur minimal.

TV schauen ging mittlerweile ganz gut. Ich versuchte, meine Augen zu schonen, wieder viel im Freien zu tun.

### 12. Oktober 2008

Sonntag!

Ich würdigte Zeitungen und PC keines Blickes. Stattdessen ging ich in den Pfälzerwald und sammelte eine Menge eßbarer Pilze. Wie ich die wohl gefunden habe??!! Da ich den Verzehr überlebt habe, müssen es wohl eßbare Pilze gewesen sein, was sehr für einen guten Heilungsprozeß meiner Augen sprach! ☺

Auch im Wald habe ich regelmäßig stündlich die Hylo-Comod-Augentropfen zur Befeuchtung benutzt.



### 13.-14. Oktober 2008

Montag und Dienstag, das waren Arbeitstage.

Ich glaubte, eine kleine Besserung am PC festzustellen, aber nach 6 Stunden gingen die Kopfschmerzen wieder los. Da hieß es: pünktlich Feierabend machen. Am Dienstagabend machte ich eine ausgedehnte Fahrradtour mit Sonnenbrille, konnte aber durch den Fahrtwind teilweise nur verschwommen sehen.

### 15. Oktober 2008

Endlich! Am PC merkte ich eine deutliche Besserung! Jetzt war mein Leben wieder in Ordnung und ich war bestens gelaunt! Die Tropfen zur Befeuchtung nahm ich fleißig weiter – die konnten ja nicht schaden! Noch war es nicht 100%ig gut, aber es fehlte nicht mehr viel.

### 29. Oktober 2008

Nachuntersuchung in Heidelberg, diesesmal lernte ich die sympathische Frau Dr. Blaukat kennen. Die Augen seien gut verheilt, jedoch hatte ich den Sehtest noch nicht mit Bravour bestanden. Kleine Abweichungen von meinem Wunschwert 0,00 Dioptrin waren noch vorhanden. Auf dem linken Auge sah ich ein bisschen schlechter als auf dem rechten, jedoch stellte mir die Ärztin in Aussicht, dass die Angleichung der Sehstärke noch ein paar Monate dauern kann. Ich war optimistisch und nahm weiterhin die Hylo-Comod-Tropfen, die ich mir im Doppelpack bei meiner Online-Apotheke zu 19,90 € bestellt habe. Die darin enthaltene Hyaluronsäure glättet ja bekanntlich auch Falten, hilft bei orthopädischen Problemen, also warum sollte das nicht auch gut für die Augen sein?

### Frühjahr 2009

Bei meiner letzten Untersuchung wurde abschließend festgestellt, dass das rechte Auge 0,00 und das linke Auge +1,00 Dioptrin hat. Die Überlegung ging in Richtung Nachlasern. Ich gab mir Bedenkzeit.

### Herbst 2009

Nach reiflichen Überlegen habe ich den Gedanken an eine Nachlasern verworfen und mich dankbar von dem freundlichen Team der Augenpraxis verabschiedet.

Mich stört die kleine Sehschwäche im Vergleich zu dem Zustand vor der OP überhaupt nicht!

Ich bin sehr zufrieden und brauche keine Brille.

Die Ärzte versicherten mir, dass die Augen nicht mehr schlechter werden, auch wenn ich sie stark beanspruche.

### Mein Fazit

Abschließend kann ich sagen, dass ich nichts bereut habe, wenngleich es lange gedauert hat, bis es endlich aufwärts ging. Dies lag aber an der Methode PRK/LASEK, die ja nicht jeder gemacht bekommt. Die LASIK ist da weitaus angenehmer im Heilungsprozeß, sofern keine Entzündungen auftreten.

Bei der PRK/LASEK sollte man auf jeden Fall gut 7-10 Tage Urlaub einplanen.

\* Dieser Bericht ist mit einfachen, nicht fachmännischen Worten formuliert und gibt nur mein eigenes Empfinden wieder. Abweichungen zu Erfahrungen anderer Personen sind gut möglich.  
\*\* keine Gewähr

### Betreuung

Ohne meine Mutter wäre die Zeit um die OP herum mit Sicherheit schwieriger gewesen. Ich bin ihr sehr dankbar, dass sie mich 5 Tage und Nächte begleitet hat.

Besonders gut hat mir auch die Rundum-Versorgung in der Augenpraxisklinik gefallen.

Ich kann nur jedem empfehlen, sich in die vertrauensvollen Hände dieser Ärzte zu geben, ich jedenfalls habe mich sehr gut aufgehoben gefühlt.

Das Praxisteam war immer sehr freundlich, die Helferinnen hatten stets ein nettes Wort und machten mir Mut vor der OP. Ich bekam am Tag der OP Mineralwasser oder Kaffee zu trinken. Das Ambiente ist sehr angenehm, nicht so anonym wie in anderen Praxen. Die Räume erstrecken sich über mehrere Etagen, sind modern und freundlich ausgestattet. Man fühlt sich „hofiert“ wie ein Privatpatient – und das ist man ja auch.

### Der Preis war unschlagbar:

Die Voruntersuchungen im November 2007 und im August 2008 wurden kostenlos durchgeführt.

Die Privatrechnung für die Operation berechnete sich nach dem 1fach-Satz der Gebührenordnung für Ärzte. Es wurde lediglich 1 Untersuchung pro Auge abgerechnet, obwohl unzählige Untersuchungen stattgefunden haben.

Diese waren alle in der Hauptuntersuchung enthalten.

Pro Auge habe ich deutlich weniger als 1000 Euro bezahlt. \*\*

### Kontakt:

Augenpraxisklinik

Dres. Volz/ Gleibs/ Blaukat/ Zimmermann

Bergheimer Str. 10-12

69115 Heidelberg

Tel. 06221 – 976597

<http://www.augenpraxisklinik.de/>



### Was ich gelernt habe:

Ich habe mir vorgenommen, meine private Zeit vor dem PC – so schwer es mir fallen wird - stark einzuschränken, da mir jetzt klargeworden ist, dass ich meinen Augen damit keinen Gefallen tue. Schließlich möchte ich nicht, dass die OP umsonst war und die Augen wieder schlechter werden. Außerdem nehme ich täglich eine „Augen-Aktiv“-Kapsel von SalusVital zu mir. Sie enthält Fischöl und Heidelbeerextrakt und soll die Augenstärke stabil halten. Es gibt sie in der (Online)Apotheke zu kaufen. <http://www.salus.de/>

Meine Online-Apotheke heißt [www.apotal.de](http://www.apotal.de), Tel. 0800/1011422, - hier gibt's portofrei rezeptfreie Medikamente mit Rabatt, man bekommt bis in die Abendstunden jemanden persönlich ans Telefon. Sogar kleine Beratungen gibt es, wie beim echten Apotheker. Überweisen kann man bis zu 4 Wochen nach Empfang der Ware.

Link zum Beitrag in *Focus* Nr. 41/2008: [http://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/sehen/tid-12392/tid-12394/laser-und-linsen-technik-scharf-sehen-fuer-immer\\_aid\\_338184.html](http://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/sehen/tid-12392/tid-12394/laser-und-linsen-technik-scharf-sehen-fuer-immer_aid_338184.html)

\* Dieser Bericht ist mit einfachen, nicht fachmännischen Worten formuliert und gibt nur mein eigenes Empfinden wieder. Abweichungen zu Erfahrungen anderer Personen sind gut möglich.  
\*\* keine Gewähr