SPO Ratgeber
Informieren. Befähigen. Begleiten.
Oktober 2026

Augengesundheit: Veränderungen ernst nehmen

Orientierung bei Sehbeschwerden im Älterwerden

Lesen wird anstrengender, Scheinwerfer blenden stärker: Mit den Jahren verändert sich das Sehen. Eine Lesebrille kann die normale Alterssichtigkeit ausgleichen. Manche Veränderungen brauchen jedoch eine ärztliche Abklärung.

SPO Patientenorganisation
Nordstrasse 31 | 8006 Zürich
Tel. 044 252 54 22
info@spo.ch | spo.ch

spo PATIENTENORGANISATION
osp ORGANISATION SUISSE DES PATIENTS
osp ORGANIZZAZIONE SVIZZERA DEI PAZIENTI

Was im Alter häufiger wird

Grauer Star:
Die Augenlinse trübt sich. Das Sehen wird allmählich unschärfer, Licht blendet stärker.

Grüner Star (Glaukom):
Der Sehnerv wird mit der Zeit geschädigt, häufig durch einen erhöhten Augeninnendruck, anfangs oft unbemerkt. Später können Teile des Blickfelds fehlen, sodass Betroffene beispielsweise Gegenstände übersehen.

Altersbedingte Makuladegeneration (AMD):
Die Netzhaut ist betroffen. Lesen und Erkennen von Gesichtern können schwerfallen.

Besprechen Sie mit Ihrer Augenärztin oder Ihrem Augenarzt, welche Kontrollen für Sie sinnvoll sind. Auch wenn Sie keine akuten Beschwerden haben.

Wann Sie sofort handeln sollten

Diese Warnzeichen gehören nicht zur normalen Alterssichtigkeit und können auf einen medizinischen Notfall hinweisen:

- Sie haben eine starke Visusverschlechterung, sprich: Sie sehen plötzlich deutlich schlechter, sehen doppelt oder bemerken, dass ein Teil Ihres Blickfelds fehlt.
- Sie bemerken Lichtblitze, schwarze Punkte oder einen Schatten wie einen Vorhang.
- Ein Auge schmerzt stark, besonders zusammen mit Rötung, verschwommenes Sehen oder Übelkeit.
- Verletzungen durch Fremdkörper oder ätzenden Flüssigkeiten.

Lassen Sie dies sofort abklären: in einer Augenarztpraxis mit Notfallangebot oder einer Augenklinik. Ist niemand erreichbar, wenden Sie sich direkt an eine Notfallstation. Fahren Sie nicht selbst.

Warten Sie bei Warnzeichen nicht bis zur nächsten Kontrolle, auch wenn nichts schmerzt.

Nach der Untersuchung: Wie geht es weiter?

Sie sollen verstehen können, was festgestellt wurde und was als Nächstes passiert. Fragen Sie:

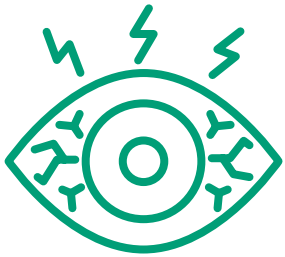
- Wie erklären sich meine Beschwerden, was ist die Diagnose?
- Wie geht es weiter? Was soll die Behandlung bewirken und was sind die Behandlungsziele: Heilung, besser sehen oder eine Verschlechterung bremsen?
- Welche Möglichkeiten gibt es? Mit welchen Vor- und Nachteilen muss ich rechnen?
- Wann findet die nächste Kontrolle statt? Bei welchen Veränderungen soll ich mich frühzeitig melden?
- Je nach Befund: Macht eine Zweitmeinung Sinn?

Notieren Sie die Abmachungen. Eine Begleitperson kann beim Zuhören und Nachfragen unterstützen.

Wenn Beschwerden bleiben

Melden Sie sich erneut in der Praxis, wenn die vereinbarte Besserung ausbleibt oder Beschwerden zunehmen. Bitten Sie um einen konkreten nächsten Schritt. Bei Warnzeichen gilt: sofort handeln.

Wenden Sie verordnete Medikamente wie besprochen an. Melden Sie Nebenwirkungen oder Schwierigkeiten bei der Anwendung, etwa beim Eintropfen ins Auge.



Wenn Sie unsicher sind

Das Gespräch suchen
Sagen Sie konkret, was Sie beschäftigt: «Ich habe noch nicht verstanden, weshalb …» oder «Meine Beschwerden beeinträchtigen mich weiterhin.» Bitten Sie um eine verständliche Erklärung.

Eine zweite Meinung einholen
Bei Zweifeln an einer Diagnose oder vor einer planbaren Operation können Sie eine andere Augenärztin oder einen anderen Augenarzt für eine Zweitmeinung beiziehen. Fragen Sie vorher Ihre Krankenkasse nach Kostenübernahme und Vorgaben Ihres Versicherungsmodells. Eine dringende Behandlung sollte dadurch nicht verzögert werden.

Unterlagen und Unterstützung nutzen
Sie können Kopien Ihrer Befunde und Untersuchungsbilder verlangen. Bleibt ein Konflikt ungelöst, helfen je nach Situation die Beschwerdestelle der Einrichtung, eine Ombudsstelle oder die SPO weiter.

Wenn Fragen offen bleiben

Die SPO ist für Sie da
Wir unterstützen Sie dabei, Ihr Anliegen zu ordnen, Fragen an die behandelnden Fachpersonen vorzubereiten und nächste Schritte zu klären. Bei Verdacht auf einen Behandlungsfehler besprechen wir mögliche Abklärungen. Eine ärztliche Zweitmeinung erhalten Sie in einer Augenarztpraxis oder in einer Augenklinik.

Kostenlose telefonische Kurzberatung:
↗ spo.ch/angebot/beratung

SPO Patientenorganisation | 044 252 54 22 | info@spo.ch

Fazit

Veränderungen beim Sehen verdienen Aufmerksamkeit. Lassen Sie Warnzeichen rasch abklären und **fragen Sie nach**, wenn Beschwerden oder Unsicherheiten bleiben. Sie müssen offene Fragen nicht alleine klären.