



**DOG**  
Deutsche Ophthalmologische  
Gesellschaft

Gesellschaft  
für Augenheilkunde

## **Lebensstil kann Grauen Star beeinflussen: Diabetes, Rauchen und Übergewicht trüben die Augenlinse**

**München, Februar 2017 – Fast zehn Millionen Menschen in  
Deutschland leiden an einem Grauem Star.**

**Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes mellitus, Zigarettenrauch  
und starkes Übergewicht sind wichtige Risikofaktoren, die die  
Trübung der Augenlinse beschleunigen bis schließlich eine  
Operation nötig wird. Patienten mit einem beginnenden Grauen Star  
müssen über diese Risikofaktoren aufgeklärt und bei der  
Umsetzung eines gesünderen Lebensstils unterstützt werden,  
fordern Experten der Deutschen Ophthalmologischen Gesellschaft  
(DOG).**

Nach Schätzung der DOG müssen Augenärzte in Deutschland mindestens 800 000 Augen pro Jahr wegen eines Grauen Stars operieren. Damit ist der Linsenaustausch der häufigste Eingriff hierzulande. Experten berechnen die Kosten für das Gesundheitssystem mit über 600 Millionen Euro pro Jahr (1). „Der Graue Star ist eine echte Volkskrankheit und der häufigste Grund für Sehbehinderung weltweit“, sagt DOG-Präsident Professor Dr. med. Thomas Kohnen. „Genetische Faktoren und Umwelteinflüsse spielen bei der Krankheitsentstehung eine Rolle, wie wir heute wissen“, so Kohnen weiter. Diese Zusammenhänge müssten weiter erforscht werden.

Eine leichte Trübung der Augenlinse ab dem 60. Lebensjahr sei eine ganz normale Alterserscheinung, sagt Kohnen, der die Klinik für Augenheilkunde am Universitätsklinikum Frankfurt leitet. „Erst wenn sich die Trübung so verstärkt, dass sie das Sehen stark beeinträchtigt, muss die getrübe Linse durch eine Kunstlinse ersetzt werden.“ Studien deuten darauf hin, dass der Lebensstil, zum Beispiel Ernährung und körperliche Aktivität einen Einfluss darauf hat, wie schnell die Trübung voranschreitet. So identifizierte eine englische Kohorten-Studie (2) im vergangenen Sommer die Stoffwechselerkrankung Diabetes als einen

**Pressestelle**  
Lisa Ströhlein  
Postfach 30 11 20  
70451 Stuttgart  
Telefon: 0711 8931-459  
Telefax: 0711 8931-167  
stroehlein@medizinkommunikation.org

**Pressesprecher**  
Prof. Dr. med. Christian Ohrloff  
Platenstraße 1  
80336 München

[www.dog.org](http://www.dog.org)



bedeutenden Risikofaktor bei Frauen nach den Wechseljahren. Bei Studienteilnehmerinnen, die unter Diabetes mellitus litten, war das Risiko wegen eines Grauen Stars operiert zu werden dreimal größer als bei gesunden Probandinnen. Rauchen erhöhte dieses Risiko um 26 Prozent; starkes Übergewicht (BMI>30) um zwölf Prozent.

„Diese Ergebnisse zeigen einmal mehr wie wichtig es ist, dass wir als Augenärzte Patienten darüber aufklären, wie sie selbst dazu beitragen können, das Fortschreiten eines Grauen Stars zu vermeiden“, sagt Professor Dr. med. Christian Ohrloff, Mediensprecher der DOG. So sollte bei Menschen mit Diabetes auch zum Schutz der Augen der Blutzucker stets gut eingestellt sein. Der Verzicht auf Zigaretten wiederum schützt gleichzeitig vor Erkrankungen der Lunge oder des Herz-Kreislauf-Systems. Auch eine ausgewogene, vitaminreiche Ernährung und regelmäßige Bewegung können die Augen gesund halten (3).

**Quellen:**

- (1) C. Hirneiß, A. Kampik, A. S. Neubauer. Volkswirtschaftliche Kosten von Augenerkrankungen. *Der Ophthalmologe* 2014; 111: 420–427
- (2) S. Floud et al. Risk factors for cataracts treated surgically in postmenopausal women, *Ophthalmology*, 2016 Aug; 123(8): 1704–1710
- (3) J. Z. Selzin et al.: Long-term physical activity and risk of age-related cataract: a population-based prospective study of male and female cohorts 2015, *Ophthalmology*; 122: 274–280

**DOG: Forschung – Lehre – Krankenversorgung**

*Die DOG ist die medizinisch-wissenschaftliche Fachgesellschaft für Augenheilkunde in Deutschland. Sie vereint unter ihrem Dach mehr als 6500 Ärzte und Wissenschaftler, die augenheilkundlich forschen, lehren und behandeln. Wesentliches Anliegen der DOG ist es, die Forschung in der Augenheilkunde zu fördern: Sie unterstützt wissenschaftliche Projekte und Studien, veranstaltet Kongresse und gibt wissenschaftliche Fachzeitschriften heraus. Darüber hinaus setzt sich die DOG für den wissenschaftlichen Nachwuchs in der Augenheilkunde ein, indem sie zum Beispiel Stipendien vor allem für junge Forscher vergibt. Gegründet im Jahr 1857 in Heidelberg ist die DOG die älteste augenärztliche Gesellschaft der Welt.*