Augenblick.acd
Das Patientenmagazin
Augen Centrum Dreiländereck

Risikofaktoren für die alters-abhängige Makuladegeneration (AMD)

Die AMD ist in Industrienationen die häufigste Ursache für Sehbehinderung im fortgeschrittenen Alter.

Das Alter stellt den stärksten Risikofaktor für die frühe und späte AMD dar. Genetische Prädispositionen spielen eine wesentliche Rolle, insbesondere Genvarianten im Komplementsystem, Lipid-Stoffwechsel und in der extrazellulären Matrix.

Rauchen ist der am stärksten modifizierbare bzw. vermeidbare Risikofaktor für das Auftreten und Voranschreiten der AMD: es erhöht das Risiko für jede Form der AMD um das 2- bis 4-fache. Das Vermeiden von Nikotin senkt nicht nur das kardiovaskuläre Risiko, sondern hat auch einen positiven Einfluss auf die Entstehung einer AMD.

Darüber hinaus senkt ausreichend körperliche Aktivität das Risiko einer frühen AMD und das Fortschreiten der Erkrankung. Sportliche Aktivität ist also auch hier gut und hilfreich. Auch das Einhalten einer mediterranen Diät mit viel Gemüse und weniger Fleisch reduziert das Risiko für das Auftreten einer späten AMD. In einer neuen Studie zur geographischen Atrophie (späte Form der trockenen AMD) wurde gezeigt, dass Nahrungs-Ergänzungsmittel mit Mikronährstoffen, Antioxidanzien sowie Lutein und Zeaxanthin das Voranschreiten der Erkrankung wahrscheinlich verlangsamen konnten.

Neuere Studien weisen zudem auf einen potentiell schützenden Effekt von Medikamenten wie Metformin (Diabetes Medikament) und Statinen (Lipidsenker) hin.



Noch gut zu wissen: große Literaturreviews sehen keinen Zusammenhang der Kataraktoperation mit der Progression einer AMD. Vor der Operation des Grauen Stars brauchen also auch unsere AMD-Patienten keine Angst zu haben.

Ausgabe 2/2025

Dr. Stephan Kohnen, ACD, Brüsseler Ring 5a, 52074 Aachen
www.augen-acd.de, Tel.: 0241-96 10 96 00