Epilog
=====
22.03.2019
Keine Änderung des Gesamtzustandes.
Inzwischen 3 Routinetermine beim (örtlichen) Augenarzt. Auch dieser bestätigt, dass
- Die Sehkraft kann nicht besser sein kann
- Nach meinen Aussagen („Jammern auf hohem Niveau") über den leichten Schleier (vor allem beim Sport in gut beleuchteter Halle), früher von mir auch als „milchglasig" bezeichnet, schaut er sich sehr genau (mit starker Vergrößerung) das Innere des Auges an. Er meint, die sog. „Kapselöffnung" könnte etwas größer und der Grund für den von mir als leichten Schleier empfundenen Milchglaseffekt sein.

Da ich deswegen auch schon beim operierenden Arzt war und dieser mir versichert hat, dass das mit der OP erzielte Gesamtergebnis (Sehtest!) besser nicht sein kann (was auch mein unabhängiger Haus-Augenarzt bestätigt), beschließe ich keine weiteren Maßnahmen.
Hier ein paar weitere Zusammenhänge:
https://de.wikipedia.org/wiki/Linse_(Auge)
https://www.grauerstarlasern.de/kapselsack.html

9.10.2017
Sehschärfe nach wie vor super gut.
Problemlos ohne jede Einschränkung möglich:
- fernsehen
- Bildschirmarbeit
- autofahren (Blendeffekt von entgegenkommenden Autos komplett verschwunden)

Dauerhaftes Problem: bei wenig Licht oder schlechtem Kontrast nicht lesbar/erkennbar. Beispiele:
- schlechte Beleuchtung im Restaurant
- (beispielsweise) rote Schrift auf weißem Hintergrund (Mediamarkt Prospekt)
- allgemein: wenn zu wenig Kontrast!

Lösung/Abhilfe: immer eine kleine Taschenlampe dabei (gibts günstig von Alibaba aus China oder Handy-Licht

Tagebuch Grauer Star (Katarakt-OP) 2015-03-01

1. Ausgangslage, Motiv, Planung
- linkes Auge: weitsichtig, +3.0
- rechtes Auge: kurzsichtig, -3.5
-
- Brille: vorhanden, aber unkomfortabel, blendend, untauglich fuer Sport/Schwimmen, ...
- Linsen seit dem 16. Lebensjahr
- zunehmende Altersweitsichtigkeit
- Augen werden bei Bildschirmarbeit zunehmend muede, auch schon nach weniger als 8h Tragezeit
- Situation im Alltag ohne Linsen/Brille:
-- lesen Buecher, Zeitschrifte, kleines Notebook: perfekt (wg. kurzsichtigem RA; das Hirn schaltet beim Nahsehen auf das kurzsichtige RA)
-- Autofahren, TV, Sport: schlecht moeglich (das weitsichtige LA ist nicht fuehrend und gleicht deshalb die Schwaeche des RA nicht aus)
- Situation im Alltag mit Linsen/Brille:
-- lesen Buecher, ... schlecht wegen Altersweitsichtigkeit
-- TV, Auto, Sport: Sicht gut aber zunehmend Ermuedung der Augen, wenn Linsen drin

2. Entscheidung fuer Katarakt-OP

- "lasern" bringt nichts fuer Altersweitsichtigkeit
- im Gegenteil: nach dem Lasern verliere ich sofort die Faehigkeit, nah gut (mit dem kurzsichtigen Auge) zu sehen (und brauche damit erst recht eine Lesebrille)

- Multifokallinsen: weil mein Hirn noch jung genug ist und sich vermutlich so auf die neue Situation besser einstellt als das eines 70-jaehrigen

- Besuch 2-er verschiedener erfahrener Aerzte am 20.3. und am 23.3 (Dr. Med. T. Lange in Ludwigsburg und Dr. Medic Banyai in Leonberg); beide Diagnosen fallen gleich aus (siehe oben)
- persoenliches Gespraech mit 3 Personen, die eine solche OP vor max. 6 Monaten hatten
- Entscheidung fuer Dr. Banyai wegen ihrer groesseren Erfahrung, modernerer Geraete (nur sie hat phemto-sekunden-laser statt skalpell) und vermultich wg. dem besseren Marketing der leonberger Praxis.
- Operationen werden auf 13.4.2015 14:30 (LA) und 20.4.2015 14:30 (RA) angesetzt
- diese Operation wird übrigens weltweit am häufigste, durchgeführt, z.B. noch wesentlich häufiger als die Blinddarm-OP. Und: sie wird seit ca. 1950 durchgeführt. Deshalb gibt es recht gute statistische Daten, u.A. über mögliche Komplikationen, ein Paar Infos hier: https://www.aerzteblatt.de/archiv/66446/Kataraktchirurgie-mit-Implantation-einer-Kunstlinse
Das Durchschnittsalter der Katarakt-Patienten liegt weit über 70, weil die Menschen sich erst dann zu diesem Eingriff entschließen, wenn sie fast vollständig erblindet sind. Dabei tritt die Eintrübung der Linse ab ca. 45J Lebensalter auf und kann damit von jedem Augenarzt diagnostiziert werden. Damit kann eine solche OP als medizinisch notwendig eingestuft werden, was regelmäßig zur Kostenerstattung bei gesetzlichen und privaten KV führt. Allerdings: es werden nur herkömmliche (einstärken-) Linsen erstattet; für die multifokalen (entspricht in etwa einer Gleitsichtbrille) muss man einige hundert € draufzahlen (und brauch dann eben keine Lesebrille). Auch wird von den KVs nur der Eingriff per Skalpell bezahlt, für das Schneiden per Laser (was genauer und für den Arzt handwerklich einfacher geht) kostet ca. 3000€ Aufpreis. So muss man also für die „Luxusvariante" bis zu 10000€ rechnen, während für die Holzklasse ca. 6000-7000 ausreichen. Da laut

3. OP LA am 13.4.2015
- zuerst LA, weil das bei mir das "unwichtige" (nicht-fuehrende) Auge ist

- Ankunft im Krankenhaus (wird immer dort und nicht in der Praxis gemacht wg. Sterilraum, Narkosearzt) 14:00
- Platznehmen im Vorraum 3x3 meter, mit etwa 8 Menschen; 5 vor-op und 3 nach-op
- die auf die OP wartenden werden reihum im 3-Min. Takt ins Auge getropft (lokale Narkose + Pupillenerweiterung)
- alle bekommen eine Kanuele in die Vene, die spaeter fuer ein Beruhigungsmittel oder fuer eine Vollnarkose (wird selten und nur auf Wunsch
gemacht) benutzt wird
- die nach-OP Patienten haben bereits eine Augenklappe, sind ansprechbar und muessen 30 Min. warten, bis sie gehen duerfen (Kreislauf, ...)
- ich bin wie erwartet unter 70-80 jaehrigen und damit mit Abstand der juengste
- man kann sich genau ausrechnen, wann man drankommt: Anzahl Personen, die vor einem sind (bei mir 5) x 17 min.
- werde in den OP Saal gefuehrt, lege mich auf eine Liege, beckomme ein Kissen unter die Kniekehlen
- Narkosearzt spritzt in die Kanuele ein Beruhigungsmittel, der Kopf dreht sich leicht und es ist nicht unangenehm

- werde mit der Liege zum Phemto-Sekundenlaeser geschoben, es geht sofort los.
- Aerztin wiederholt staendig "still halten, gerade aus schauen", dann "noch 30 Sek"., "noch 10 Sek.". Fertig . Nichts gespuert oder gesehen
- werde nun 2 m weit zum Operationsplatz geschoben, auf das Auge kommt ein Ring, damit es offen bleibt. Es drueckt etwas, Schmerz ist es aber nicht
wirklich
- sehe helles Licht und spuere deutlich, das am/im Auge etwas gemacht wird. Sehe eine Art hellen blauen Himmel mit weissen Wolken
- sehe 1-2 duenne Querstreifen. Sind das die Instrumente, die den Linsensack spreizen?
- den Vorgang der Linsenzertruemmerung und Absaugung ist nicht spuerbar

- es wird dunkel, Schwarz. Da das Auge offen ist und angestrahlt wird, muss es wohl dunkle Fluessigkeit sein. Jod? Blut? Sie spuelen mehrmals und es
wird wieder hell
- ich sehe jetzt wieder helles wie durch ein Loch
- noch wenige Augenblicke, dann hoere ich die Aerztin sagen: "es ist alles optimal verlaufen". Erleichterung Sie kleben noch die durchsichtige Augenklappe auf, dann darf ich, vom Narkosezrzt am Ellenbogen gefuehrt, wieder
in den Warteraum und mich zu den "fertigen" setzen

4. Nach der OP
- unmittelbar nach der OP bekommt man etwas zu trinken und 4 Tabletten
- ein leichtes Fremdkoerpergefuehl/Kratzen ist spuerbar, aber weit davon entfernt, als Schmerz benannt zu werden
- nach 30 Min. darf man gehen. Autofahren geht nicht; Taxi oder Abholperson. Bei mir ist es mein Sohn, der mich mit dem Auto abholt
- ich kann mit dem operierte Auge (durch die durchsichtige Klappe) schon sehen, wenn auch sehr trueb/nebelig. Ich bin sehr lichtempfindlich, das Auge traent spuerbar und tropft in die Augenklappe
- Es ist unangenehm, Schmerz ist es aber nicht. Die Fahrt heim dauert 30 Minuten
- ich lege mich hin, spaeter esse ich sogar etwas. Das Fremdkoerpergefuehl ist weg.
- ich schlafe ganz gut (mit Augenklappe, damit man nicht aus Versehen reibt). Die groesste Gefahr nach der OP ist Entzuendung und Verschiebung der
Linse durch Reiben
- beim Aufwachen merke ich, dass sich die Klappe fast vollstaendig geloest hat. Ich reisse sie ab und ... bin enttaeuscht. Die truebe/nebelige Sicht war nicht nur durch die Augenklappe bedingt, sondern besteht immer noch.
Ich ahne, dass ich scharf sehe aber eben wie im starken Nebel
- das Fremdkoerpergefuehl ist jetzt vollstaendig weg. Ich bin noch sehr lichtempfindlich
- gleich morgens zur ersten Nachkontrolle. Erster Sehtest mit dem operierten Auge bestaetigt: ich sehe scharf
- am Nachmittag, fruehen abend, wenn die ersten Lichter angehen, sehe ich nun die Halos. Es sind mehrere konzentrische, silbrig leichtende Ringe. Nicht
nur wenn man in eine Lichquelle sieht, sondern wenn ueberhaupt Lichtquellen im
Raum sind. Gewoehnungsbeduerftig aber auszuhalten
- die Sicht bleibt nebelig
- am 2. Tag nach der OP wage ich es zur Arbeit (im nicht operierten Auge eine Kontaktlinse). Es funktioniert erstaunlich gut, ich kann 6h arbeiten
- Rest der Woche unspektakulaer, die Sicht wird besser, der Nebel wird weniger.

- am Tag 5 nach der OP sind die Halos (Lichtbltze, Regenbogen am Rand des Sichtfeldes) vollstaendig verschwunden
- beim Nachhause Weg mit dem Auto erkenne ich, dass ich mit dem LA (operiert) nun besser/schaerfer sehe als mit dem RA (mit Kontaktlinse
- Zeitschrift lesen/nahe sehen (mit dem LA) geht noch nicht so gut. Aber mit diesem Auge konnte ich das noch nie
- Fernsehen ist mit dem operierten Auge scharf und kontrastreich
- ich entscheide mich, jetzt endgueltig, das RA am kommenden Montag, genau eine Woche nach dem LA operieren zu lassen, auch wenn das Gesamtergebnis
noch nicht optimal ist (den der Fortschritt innerhalb von 5 Tagen war enorm und
stimmt zuversichtlich
- am Vormittag der naechsten OP (20.4.2015, wieder ein Montag) gehe ich noch zur Nachkotrolle des LA, obwohl ich ja am naechsten Tag eh da waere. Motivation: wenn heute mit dem LA etwas nicht in Ordnung ist, koennte ich die OP
des RA noch absagen
- alles OK, Sehtest mit LA 100%

5. OP RA am 20.4.2015
- diesmal ist die Situation schon vertraut, deshalb weniger Herzflattern. Vor mir nur 2. Leute, d.h. ich komme nach 2x17 Min. (+ gerade operierter Patient) dran
- OP wird genau gleich empfunden wie letztes Mal, sprich die kurzzeitige komplette Verdunklung + merkliches Rumfummeln am Auge...
- Fremdkoerpergefuehl danach wohl kleiner als beim ersten Auge

6. Kontrolle nach der OP RA 21.4

- Aussage des Arztes. RA alles OK
- RA nebelig wie zuvor LA, aber zunehmend scharf sehend
- am Abend: Ueberraschung: kaum Halos (so wie zuvor mehrere Tage lang das LA)
- am Donnerstag, 23.4.2014 versuchsweise zur Arbeit
- gleich geht die Sonne auf, es ist noch nicht ganz hell aber die Augen sind wahnsinnigl lichtempfindlich und traenen
- keine Halos aber die hellen Neonroehren im Buero schmerzen
- auf der Arbeit angekommen, erst einmal Hylo-Vision tropfen, nun wird es ertraeglich
- Bildschirmlesen etwas eingeschraenkt aber moeglich. Schiebe den Schirm etwas naeher an mich dran
- gehe am Freitag, 24.4 zum ersten Mal joggen - problemlos moeglich so wie auch duschen.
- beim vorsichtigen, leichten Druck auf die Augen ist ein leichtes Fremdkoerpergefuehl spuerbar.

7. Woche 27.4 - 3.5.2015
- weitere Kontrolluntersuchung Montag 27.4. RA wird dabei getropft - Pupillenerweiteruhng, Untersuchung mit Lupe und Ausleuchtung
- Ich erwaehne, dass RA noch immer nebelig/milchglasig. Arzt: das ist normal, ich brauche Geduld
- RA kein Sehtest
- LA Sehtest 80%. Das war am 20.4.2015 schon besser
- Auf dem Weg zur Arbeit, selbst wenn es noch dunkel ist, ist das Auge _sehr_ lichtempfindlich, z.B. von den Scheinwerfern und Rueckleuchten des Lichtermeeres auf der Autobahn. Ich kann die Augen kaum aufhalten, selbst mit
dunkler Brille. Das war unmittelbar nach dem Aufstehen (in Bad, Kueche mit Heller Beleuchtung) nicht so. Es fuehlt sich an, als wuerde sich diese Lichtempfindlichkeit allmaelig aufschaukeln. Hoehepunkt davon auf der Autobahn.

Auf der Arbeit (Neonroehren und Bildschirm) beruhigt sich das ganze nach ca. 1h
allmaelig, ich kann dann fast normal sehen und muss die Augen nicht mehr zusammenkneifen
- probiere am naechsten Tag das Pred Forte nicht schon zuhause (unmittelbar vor Verlassen des Hauses) sondern erst auf der Arbeit zu tropfen.
Der Weg zur Arbeit klappt besser, dennoch Augen nach wie vor sehr lichtempfindlich
- Lichtempfindlichkeit ist die groesste Einschraenkung
- Zeitung lesen morgens am Fruehstueckstischnicht moeglich (Mischung aus unscharf und verschwommen)
- Lesen Abends im Bett fast problemlos moeglich, aber die Zeitschrift muss direkt und sehr gut ausgeleuchtet sein (Nachttischlampe mit gestreutem Licht
wuerde nicht funktionieren; ich habe am Bett eine sehr helle LED Leuchte, dich
ich auf die Zeitschrift ausrichten kann.
- Arbeit am Bildschirm nach ca. 1h nach Arbeitsbeginn gut moeglich (habe weder Schriftarten veraendert noch den Abstand Bildschirm - Augen). Empfinde
Sicht als scharf.
- Autofahren und Fernsehen mit bisher ungekannter Schaerfe und Kontrast. Das ist nah am (von mir vorgestellten) Optimum
- Ich grille am 1.5. - mit Gaesten. Rauch/Anstrengung. Ich vermeide es so gut es geht im
Rauch zu stehen. Am Abend ist die Sicht verschwommener als davor.
- am naechsten Morgen alles wieder "normal", d.h. leicht milchglasig auf beiden Augen
- Lichtempfindlichkeit/Traenen/Zusammenkneifen am Morgen wesentlich weniger schlimm, wenn ich nicht aus dem Haus muss

7. Woche 4.5 - 10.5.2015
- Lichtempfindlichkeit wird zunehmend ertraeglicher, ist aber nach wie vor sehr deutlich vorhanden so dass der Weg zur Arbeit noch immer schwierig ist
- Bildschirmlesen so gut wie perfekt
- Joggen, alle anderen sportlichen Aktivitaeten perfekt
- Milchglas noch da
- Zeitschrift lesen morgens am Fruehstueckstisch nicht moeglich
- geplanter Badeurlaub (Salzwasser) am 22.5. Arzt hatte gesagt, Gang ins Wasser problemlos moeglich aber nicht unbedingt mit offenen Augen tauchen.
- naechste (und dann letzte) geplante Untersuchung erst am 29.6
- bekomme am 6.6. die Rechnung fuer die OP - insgesamt ca. 9000,-; entspricht dem Kostenvoranschlag