

Masken-assoziiertes Trockenes Auge (MATA)

Das Tragen von Masken ist essentiell, um die Verbreitung von COVID-19 zu reduzieren, aber es kann auch zu Symptomen des Trockenen Auges führen. Wie entsteht das und was kann man tun?

Ursache

- 1 Ausgeatmete Luft wird nach oben und über das Gesicht aus der Maske heraus kanalisiert.¹
- 2 Bewegte Luft am Auge bewirkt ein verstärktes Verdunsten des Tränenfilms und ein Gefühl von Trockenheit.
- 3 Die Augen können sich trocken, kratzig, irritiert und tränend anfühlen und dazu rot aussehen.



Lösung

- 1 Stellen Sie sicher, dass die Maske gut sitzt und fixieren Sie sie für langes Tragen ggf. mit einem Tape auf der Nase.
- 2 Benetzende Augentropfen können das Trockenheitsgefühl lindern. Fragen Sie Ihren Augenspezialisten nach einer Empfehlung.
- 3 Reduzieren Sie die Zeit in klimatisierten Räumen wenn immer möglich und machen Sie regelmäßige Pausen bei der Bildschirmarbeit.

Denken Sie daran, Ihr Gesicht und Ihre Augen nicht mit ungewaschenen Händen zu berühren!