

Grauer Star

Katarakt erkennen, entscheiden, operieren und gut nachsorgen

Für wen ist diese Information gedacht?

Diese Broschüre richtet sich an Menschen mit vermutetem oder diagnostiziertem Grauem Star sowie an Angehörige. Sie hilft bei der Vorbereitung auf das augenärztliche Gespräch, bei der Wahl der Kunstlinse, bei der OP-Entscheidung und bei der Nachsorge.

1 Symptome

Welche Zeichen passen zum Grauen Star?

2 Untersuchung

Sehschärfe, Spaltlampe, Vermessung

3 Linsenwahl

Alltag, Auge, Erwartung und Kosten klären

4 OP-Tag

Ambulant, Betäubung, Abholung

5 Nachsorge

Tropfen, Kontrolle, Warnzeichen

Inhalt

1. Kurzblatt zum Ausdrucken
2. Ablauf von Diagnose bis Nachsorge
3. Was ist der Graue Star?
4. Symptome und Untersuchung
5. OP oder abwarten?
6. Kunstlinsen und Kosten
7. OP-Ablauf
8. Nachsorge
9. Warnzeichen und Notfallkarte
10. Glossar, Fragen, Kontakt, Quellen

Stand und Freigabehinweis

Stand: 06.07.2026. Diese Version ist als redaktionell und gestalterisch optimierter Entwurf erstellt. Bitte vor Veröffentlichung medizinisch, rechtlich und organisatorisch final freigeben, insbesondere Kontaktwege, Notdienstangaben, Kostenhinweise und individuelle OP-Anweisungen.

Nächster Schritt

Termin zur Katarakt-Voruntersuchung vereinbaren: 0731 / 1405960 oder online über die Terminseite.



Kurzblatt zum Ausdrucken

Das Wichtigste auf einer Seite

Dieses Blatt eignet sich für Patientinnen und Patienten, die eine schnelle Orientierung brauchen. Markieren Sie offene Fragen und bringen Sie das Blatt zum Termin mit.

Vor der Entscheidung

- Welche Alltagssituationen sind eingeschränkt?
- Gibt es Begleiterkrankungen an Hornhaut, Makula, Netzhaut oder Sehnerv?
- Welche Linse wird empfohlen und warum?
- Welche Kosten können entstehen?

Vor der OP

- Tropfenplan, Medikamentenliste und Unterlagen bereitlegen.
- Begleitperson und Heimweg organisieren.
- Kontrolltermin und Notfallkontakt notieren.
- Fragen zur Arbeit, Sport und Autofahren klären.

Am OP-Tag

- Nicht selbst Auto fahren.
- Ruhig planen und ausreichend Zeit einrechnen.
- Nach Anweisung essen, trinken und Medikamente einnehmen.
- Schutzklappe/Verband und Tropfenplan mitnehmen.

Nach der OP

- Tropfen wie verordnet anwenden.
- Auge nicht reiben und nicht drücken.
- Kontrolltermine wahrnehmen.
- Bei Warnzeichen sofort melden.

Sofort melden bei

Starken Schmerzen, plötzlicher Sehverschlechterung, zunehmender Rötung, Eiter, Lichtblitzen, neuen Schatten, einem dunklen Vorhang oder plötzlich vielen neuen Floatern.

Praxis: 0731 / 1405960 - Beratung Grauer Star: 0731 / 38853071 - außerhalb der Sprechzeiten: 116117 - bei Lebensgefahr: 112

Ablauf von Diagnose bis Nachsorge

Patientenpfad mit klaren nächsten Schritten

Die folgenden Schritte zeigen, wie aus Beschwerden ein sicherer Behandlungsplan wird. Nicht jede Patientin und jeder Patient braucht sofort eine Operation.

- | | | | | |
|---|---|---|---|--|
| 1 1. Beschwerde
Sehen wird neblig, blendend oder kontrastarm. | 2 2. Untersuchung
Sehschärfe, Spaltlampe und Ausschluss anderer Ursachen. | 3 3. Entscheidung
OP oder zunächst Kontrolle und Alltagshilfen. | 4 4. Planung
Vermessung, Kunstlinse, Tropfen und Termine. | 5 5. Nachsorge
Kontrollen, Tropfen und Warnzeichen beachten. |
|---|---|---|---|--|

Gute Vorbereitung

- Aktuelle Brille und Medikamentenplan mitbringen.
- Diabetes, Blutverdünner, Allergien und frühere Augenoperationen nennen.
- Beruf, Hobbys, Autofahren und Bildschirmarbeit ehrlich beschreiben.
- Begleitperson einplanen, wenn die Pupillen erweitert werden.

Gute Entscheidung

- Die Diagnose allein ist kein OP-Zwang.
- Wichtig ist der Nutzen im Alltag.
- Begleiterkrankungen können das Ergebnis begrenzen.
- Erwartungen und Kosten müssen vor der OP klar sein.

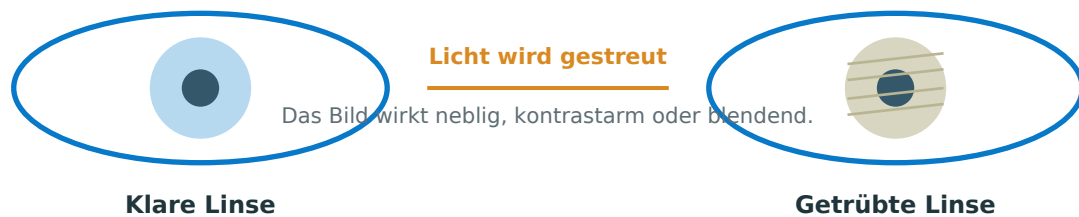
Kommunikations-Tipp

Fragen Sie am Ende des Gesprächs: 'Was ist für mein Auge der wichtigste Punkt, den ich verstanden haben muss?' und 'Woran erkenne ich nach der OP, dass ich mich sofort melden soll?'

Was ist der Graue Star?

Katarakt verständlich erklärt

Beim Grauen Star, medizinisch Katarakt, trübt sich die natürliche Linse. Dadurch wird das Licht im Auge gestreut. Das Bild kann neblig, unscharf, kontrastarm oder blendend wirken. Die häufigste Form ist altersbedingt und entwickelt sich meist langsam und ohne Schmerzen.



Grauer Star

- Trübung der natürlichen Linse.
- Meist schleichend und schmerzlos.
- Behandlung bei relevanter Einschränkung: Austausch der Linse durch eine Kunstlinse.

Nicht verwechseln mit Grünem Star

- Beim Grünen Star steht der Sehnerv im Vordergrund.
- Untersuchung und Behandlung sind anders.
- Beide Erkrankungen können zusätzlich nebeneinander bestehen.

Wichtiger Grundsatz

Eine beginnende Katarakt ist nicht automatisch ein Notfall. Entscheidend sind Sehqualität, Alltagseinschränkung, Verkehrssicherheit und mögliche medizinische Gründe für eine frühere Operation.

Woran erkennt man einen Grauen Star?

Typische Zeichen im Alltag

Viele Betroffene gewöhnen sich zunächst an die schlechtere Sicht. Häufig fällt die Veränderung erst auf, wenn eine neue Brille nur kurz hilft oder Dämmerung, Gegenlicht und Scheinwerfer unangenehmer werden.

☐	Sehen bleibt trotz Brille unscharf, neblig oder verschleiert.
☐	Nachtfahrten werden schwieriger oder blendender.
☐	Lesen, Fernsehen oder Bildschirmarbeit ermüden schneller.
☐	Farben wirken blasser, Kontraste schwächer.
☐	Lichtkränze, einseitige Doppelbilder oder wechselnde Brillenwerte treten auf.
☐	Treppen, Bordsteine oder Gesichter in der Dämmerung sind schwerer zu erkennen.

Zeitnah untersuchen lassen

- Beschwerden nehmen zu.
- Autofahren oder Mobilität werden unsicher.
- Eine bekannte Katarakt verschlechtert sich.
- Eine neue Brille hilft nicht mehr ausreichend.

Sofort abklären lassen

- Plötzliche starke Sehverschlechterung.
- Starke Schmerzen oder akute Rötung.
- Lichtblitze, Schatten, dunkler Vorhang.
- Verletzung oder schwerer Unfall am Auge.

Wie wird eine Katarakt festgestellt?

Untersuchung und Vorplanung

Die Diagnose beginnt mit Ihren Beschwerden und Sehgewohnheiten. Danach prüft das Praxisteam Sehschärfe, Linse und weitere Augenstrukturen. Wichtig ist nicht nur, ob eine Katarakt vorliegt, sondern auch, ob andere Augenerkrankungen das Ergebnis beeinflussen können.

Schritt	Was passiert?	Warum wichtig?
Gespräch	Beschwerden, Alltag, Beruf, Hobbys, Mobilität, Autofahren, Erwartungen.	Die OP-Entscheidung richtet sich nach Befund und Alltag.
Sehtest	Messung der Sehschärfe mit aktueller oder bestmöglicher Brillenkorrektur.	Zeigt, wie stark die Sicht messbar eingeschränkt ist.
Spaltlampe	Beurteilung der Linse, Hornhaut, Pupille und Vorderabschnitte.	Lage, Art und Ausmaß der Trübung werden sichtbar.
Netzhaut/Makula /Sehnerv	Je nach Befund Prüfung des Augenhintergrundes und weiterer Strukturen.	Begleiterkrankungen können das Sehergebnis begrenzen.
Augenvermessung	Messung von Augenlänge, Hornhautkrümmung und weiteren Werten.	Grundlage für Berechnung und Auswahl der Kunstlinse.

Realistische Erwartungen

Die Operation ersetzt die trübe Linse. Schäden oder Erkrankungen an Makula, Netzhaut, Hornhaut oder Sehnerv kann sie nicht rückgängig machen. Deshalb gehört die Befundbesprechung vor der OP zur Linsenentscheidung.

Wann sollte man sich operieren lassen?

Entscheidung: OP oder zunächst abwarten

Nicht jeder Graue Star muss sofort operiert werden. Eine neue Brille, bessere Beleuchtung, Sonnenbrille oder vergrößernde Sehhilfen können anfangs helfen. Sie machen die getrübte Linse aber nicht wieder dauerhaft klar.

Der passende Zeitpunkt ist meist erreicht, wenn das Sehen Alltag, Sicherheit oder Lebensqualität spürbar beeinträchtigt - zum Beispiel beim Lesen, Arbeiten, Autofahren, Fernsehen, Erkennen von Gesichtern oder Gehen in der Dämmerung.

Eher beobachten	Gemeinsam OP planen
- Beschwerden sind mild. - Alltag und Mobilität sind kaum eingeschränkt. - Sehschärfe und Verkehrssicherheit sind ausreichend. - Regelmäßige Kontrollen sind möglich.	- Brille oder Hilfsmittel reichen nicht mehr. - Autofahren, Beruf, Treppen oder Lesen sind unsicher. - Die Katarakt erschwert notwendige Untersuchungen oder Behandlungen. - Der Befund passt zu Ihren Beschwerden und das erwartete Ergebnis ist realistisch.

Entscheidungsfrage

Was kann ich wegen meiner Augen nicht mehr so tun wie früher - und würde eine Operation dieses Problem voraussichtlich verbessern?

Kunstlinsen: Welche Möglichkeiten gibt es?

Neutral vergleichen und individuell entscheiden

Die Kunstlinse bleibt dauerhaft im Auge. Deshalb sollte die Beratung nicht nur technische Möglichkeiten erklären, sondern auch Alltag, Hornhautverkrümmung, Begleiterkrankungen, Nachtfahrten, Bildschirmarbeit und Wunsch nach Brillenunabhängigkeit berücksichtigen.

Linsenart	Möglicher Nutzen	Grenzen / mögliche Nachteile	Typisch passend, wenn ...
Standardlinse (monofokal)	Gute Schärfe meist für eine Hauptentfernung, häufig die Ferne.	Für Nähe oder Zwischenbereich ist oft weiterhin eine Brille nötig.	eine robuste, bewährte Lösung gewünscht wird.
Torische Linse	Kann eine relevante Hornhautverkrümmung mit ausgleichen.	Genaue Vermessung und stabile Lage sind wichtig; nicht bei jedem Auge sinnvoll.	eine messbare Hornhautverkrümmung vorliegt.
Multifokallinse	Kann mehr Brillenfreiheit in mehreren Entfernungen ermöglichen.	Mehr Blendung, Halos oder Kontrastminderung möglich; bei manchen Netzhautbefunden ungeeignet.	das Auge dafür geeignet ist und Brillenfreiheit besonders wichtig ist.
EDOF-Linse	Erweiterter Sehbereich, oft nützlich für Zwischenbereich und Computer.	Nähe teils weiterhin mit Brille; Blendphänomene möglich.	viel Bildschirm- oder Zwischenbereichsehen wichtig ist.

Entscheidung nach Alltag

- Ich fahre häufig nachts Auto: Blendung und Kontrast besonders besprechen.
- Ich arbeite viel am Bildschirm: Zwischenbereich und Arbeitsabstand nennen.
- Ich möchte möglichst wenig Brille: Eignung, Halos, Kontrast und Kompromisse ehrlich klären.
- Ich habe Makula-, Netzhaut-, Hornhaut- oder Sehnervbefunde: Premiumlinsen kritisch prüfen.

Kosten und Zusatzleistungen

Transparenz vor der Entscheidung

Die Kostenübernahme hängt von Versicherung, medizinischer Notwendigkeit, Linsenart, Messverfahren und Praxis- oder Klinikmodell ab. Verlässliche Aussagen sind erst nach Untersuchung und Beratung möglich.

Thema	Vor der Entscheidung klären
Standardversorgung	Welche Leistungen sind medizinisch notwendig und werden voraussichtlich übernommen? Welche Brille wird danach voraussichtlich noch benötigt?
Premium- oder Sonderlinsen	Welcher konkrete Zusatznutzen wird erwartet? Welche Nebenwirkungen oder Kompromisse sind möglich? Was passiert, wenn die Erwartung nicht erreicht wird?
Spezielle Messungen / Verfahren	Sind sie medizinisch erforderlich oder optional? Gibt es Alternativen? Welche Kosten entstehen genau?
Schriftliche Aufklärung	Nutzen, Grenzen, Alternativen, Risiken und Eigenanteile sollten verständlich und schriftlich vorliegen, bevor entschieden wird.

Fragen an die Praxis

- Welche Linse empfehlen Sie mir medizinisch - und warum?
- Welche Option ist Kassenleistung, welche optional?
- Welche Brille brauche ich danach wahrscheinlich noch?
- Welche Nachteile sind bei meiner Wunschlinse möglich?

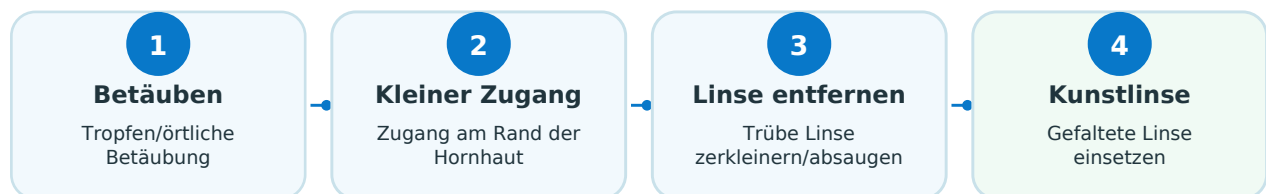
Warnsignal in der Beratung

- Zeitdruck vor der Entscheidung.
- Nur Vorteile, keine Nachteile.
- Unklare Kosten oder keine schriftliche Information.
- Keine individuelle Begründung anhand Ihrer Augenbefunde.

Wie läuft die Graue-Star-Operation ab?

Ambulant, kurz und präzise geplant

Die Kataraktoperation wird in der Regel ambulant durchgeführt. Meist genügt eine örtliche Betäubung, häufig mit Augentropfen. Während des Eingriffs ist man meist wach, verspürt aber normalerweise keine Schmerzen. Die genaue Vorgehensweise bespricht das OP-Team individuell.



Am OP-Tag organisieren

- Abholung sicher planen - nicht selbst Auto fahren.
- Medikamente nur nach Anweisung ändern.
- Tropfenplan, Versicherungskarte und Unterlagen mitbringen.
- Den restlichen Tag ruhig halten.

Was häufig normal ist

- Verschwommenes Sehen direkt nach der OP.
- Leichtes Kratzen, Tränen oder Lichtempfindlichkeit.
- Müder oder ungewohnter Seheindruck.
- Besserung meist schrittweise.

Wichtig

Beide Augen werden in vielen Fällen an getrennten Terminen operiert. Der Abstand und die Reihenfolge werden individuell geplant.

Nachsorge nach der Operation

Checkliste für die ersten Stunden, Tage und Wochen

Nach der OP kann die Sicht zunächst verschwommen sein, zum Beispiel durch erweiterte Pupille, Reizung oder Schutzverband. Leichtes Kratzen, Tränen, Lichtempfindlichkeit oder milde Rötung sollten langsam abklingen. Entscheidend sind Tropfen, Kontrollen und Aufmerksamkeit für Warnzeichen.

Zeit	Was tun?
Heute: OP-Tag	- Abholen lassen und nicht selbst Auto fahren. - Schutzklappe oder Verband nach Anweisung tragen. - Ruhig machen; Treppen und Bordsteine vorsichtig gehen. - Tropfenplan und Notfallnummer griffbereit halten.
Erste Woche	- Augentropfen wie verordnet anwenden und nicht eigenständig absetzen. - Vor dem Tropfen Hände waschen; Flaschenspitze nicht ans Auge bringen. - Auge nicht reiben und keinen Druck ausüben. - Beim Duschen, Waschen und Haarewaschen Wasser, Shampoo und Seife nicht direkt ins Auge bringen. - Kontrolltermine wahrnehmen.
Bis zur Freigabe	- Schwere Belastung, starkes Pressen, Schwimmen, Sauna und staubige Arbeiten erst nach ärztlicher Freigabe. - Autofahren erst, wenn Sehschärfe, Blendung, Sicherheit und rechtliche Anforderungen erfüllt sind. - Neue Brillengläser nicht zu früh anpassen; die Sehschärfe kann sich noch ändern.

Tropfen sicher anwenden

Hände waschen, Kopf leicht zurücklegen, Flaschenspitze nicht berühren, einen Tropfen in den Bindehautsack geben und danach die Flasche wieder schließen. Bei mehreren Tropfenarten den empfohlenen Abstand einhalten.

Warnzeichen nach der OP

Wann sofort medizinisch abklären?

Die meisten Beschwerden nach einer Kataraktoperation sind mild und werden besser. Starke, zunehmende oder plötzliche Beschwerden müssen jedoch rasch ärztlich abgeklärt werden. Warten Sie bei Warnzeichen nicht bis zum nächsten Routinetermin.

! **Starke Schmerzen**

! **Plötzliche Sehverschlechterung**

! **Zunehmende Rötung**

! **Eiter oder starke Sekretion**

! **Lichtblitze / neue Schatten**

! **Dunkler Vorhang / viele neue Floater**

Je stärker oder plötzlicher die Beschwerden, desto schneller abklären lassen.

Normal beobachten

Praxis fragen

Sofort melden

Praktische Notfallkarte

Praxis / Klinik: Augenzentrum Ulm MVZ GmbH

Telefon tagsüber: 0731 / 1405960

Beratung Grauer Star: 0731 / 38853071

Außerhalb der Sprechzeiten: 116117

Lebensbedrohliche Notfälle / schwere Allgemeinsymptome: 112

Nächster Kontrolltermin: _____



Hinweis: Die 116117 vermittelt den ärztlichen Bereitschaftsdienst in nicht lebensbedrohlichen dringenden Fällen. Bei Lebensgefahr, schwerem Unfall oder akuter schwerer Erkrankung gilt 112.

Mögliche Risiken und Nachstar

Realistisch informiert entscheiden

Die Kataraktoperation ist sehr etabliert und verläuft bei den meisten Patientinnen und Patienten ohne schwerwiegende Komplikationen. Trotzdem bleibt sie ein operativer Eingriff. Aufklärung, sorgfältige Voruntersuchung, sterile Operationstechnik und konsequente Nachsorge sind deshalb wichtig.

Kategorie	Beispiele	Was tun?
Häufiger und meist vorübergehend	Kratzen, Tränen, Lichtempfindlichkeit, leichte Rötung, verschwommenes Sehen direkt nach der OP.	Tropfenplan und Praxisanweisung befolgen; bei Zunahme nachfragen.
Seltener, aber wichtig	Entzündung, Infektion, Hornhautschwellung, Augeninnendruckanstieg, Blutung, Linsenfehlposition, verzögerte Heilung.	Bei Warnzeichen sofort abklären lassen.
Spätere Veränderung	Nachstar: Die hintere Linsenkapsel trübt sich Monate oder Jahre später.	Untersuchen lassen; häufig mit kurzer Laserbehandlung behandelbar.

Individuelles Risiko besprechen

Fragen Sie nach, welche Komplikationen bei Ihrem Auge besonders relevant sind, was bei Vorerkrankungen zu beachten ist, welche Nachkontrollen geplant sind und welche Symptome eine sofortige Vorstellung erfordern.

Nachstar ist nicht dasselbe wie eine neue Katarakt

Die natürliche Linse wurde entfernt. Beim Nachstar trübt sich die hintere Kapsel hinter der Kunstlinse. Er kann verschwommenes Sehen verursachen und ist in vielen Fällen mit einer ambulanten Laserbehandlung behandelbar.

Glossar

Medizinische Begriffe kurz erklärt

Katarakt / Grauer Star Trübung der natürlichen Augenlinse.	Intraokularlinse / Kunstlinse Künstliche Linse, die die trübe natürliche Linse ersetzt.
Monofokallinse Kunstlinse mit Schwerpunkt auf einer Entfernung, häufig Ferne.	Torische Linse Kunstlinse, die eine Hornhautverkrümmung mit ausgleichen kann.
Multifokallinse Kunstlinse mit mehreren Sehbereichen; kann mehr Brillenunabhängigkeit ermöglichen.	EDOF-Linse Linse mit erweitertem Sehbereich, oft für Zwischenbereich nützlich.
Hornhaut Klare vordere Schicht des Auges.	Makula Bereich der Netzhaut für scharfes Sehen und Lesen.
Sehnerv Leitet Sehinformationen vom Auge zum Gehirn.	Nachstar Spätere Trübung der Linsenkapsel hinter der Kunstlinse.
Floater Bewegliche Punkte oder Fäden im Sichtfeld; neue starke Floater nach OP abklären lassen.	Halos Lichtkränze um Lichtquellen, insbesondere nachts.

Barrierehinweis für die Veröffentlichung

Für die finale Website-Version sollten zusätzlich Lesezeichen, korrekte PDF-Tags, Alternativtexte, eine logische Lesereihenfolge und eine gut lesbare große Schriftversion geprüft werden.

Fragen für Ihr Arztgespräch

Zum Ankreuzen und Mitnehmen

Nutzen Sie diese Seite als Gesprächsnotiz. Nicht alle Fragen müssen auf einmal geklärt werden - wichtig ist, dass Sie vor der Entscheidung die für Sie relevanten Punkte verstanden haben.

☐	Wie stark ist meine Katarakt, und gibt es weitere Augenerkrankungen?	Notiz: _____
☐	Welches Sehergebnis ist für mein Auge realistisch?	Notiz: _____
☐	Welche Kunstlinse empfehlen Sie mir und warum?	Notiz: _____
☐	Welche Alternativen, Nachteile und Kosten muss ich kennen?	Notiz: _____
☐	Wann darf ich wieder lesen, duschen, arbeiten, Sport treiben und Auto fahren?	Notiz: _____
☐	Welche Tropfen brauche ich, wie lange und in welcher Reihenfolge?	Notiz: _____
☐	Wann sind die Kontrolltermine?	Notiz: _____
☐	Welche Warnzeichen sollen mich sofort in die Praxis oder zum Notdienst führen?	Notiz: _____

Meine Sehziele

Ferne: _____

Nähe/Lesen: _____

Bildschirm: _____

Autofahren/Nacht: _____

Meine Organisation

Begleitperson: _____

OP-Termin: _____

Kontrolltermin: _____

Tropfenplan erhalten: ☐ Ja ☐ Nein

Kontakt, Version und Quellen

Für Patientinnen, Patienten und redaktionelle Freigabe

Augenzentrum Ulm MVZ GmbH

Ulm: Glöcklerstraße 1, 89073 Ulm

Wiblingen: Pfullendorfer Str. 5, 89079 Ulm

Blaustein: Hummelstraße 2, 89134 Blaustein

Terminvergabe: 0731 / 1405960

Beratung Grauer Star: 0731 / 38853071

E-Mail: Augenzentrum-Ulm@osg.de

Online-Termine und Praxisinformationen über die Website.



Quellen und fachliche Grundlage

Quelle	Inhalt	Link
Augenzentrum Ulm	Kontakt, Standorte, Terminvergabe und Informationen zur Katarakt-Operation	https://www.augenzentrum-ulm.de/
Augenzentrum Ulm	Terminvergabe	https://www.augenzentrum-ulm.de/terminvergabe/
Gesundheitsinformation.de / IQWiG	Operation des Grauen Stars; Stand 07.01.2026	https://www.gesundheitsinformation.de/operation-des-grauen-stars.html
Gesund.bund.de	Grauer Star (Katarakt)	https://gesund.bund.de/grauer-star-katarakt
NHS	Cataract surgery	https://www.nhs.uk/tests-and-treatments/cataract-surgery/
Guy's and St Thomas' NHS	After cataract surgery	https://www.guysandstthomas.nhs.uk/health-information/cataract-surgery/after-cataract-surgery
American Academy of Ophthalmology	Cataract surgery: risks, recovery, costs	https://www.aao.org/eye-health/diseases/what-is-cataract-surgery
116117 / Patientenservice	Ärztlicher Bereitschaftsdienst	https://www.116117.de/

Versions- und Haftungshinweis

Ersteller: R. Lorenz

Optimierte Patientenfassung, erstellt am 06.07.2026. Diese PDF dient der verständlichen Orientierung und ersetzt keine persönliche Untersuchung, individuelle OP-Aufklärung oder ärztliche Notfallbeurteilung. Konkrete medizinische Empfehlungen, Kosten und Notfallwege müssen durch das Augenzentrum final geprüft und freigegeben werden.