
Subject: Müde, fertige Augen ...
Posted by [Greg2022](#) on Mon, 21 Aug 2006 10:14:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"Man siehst du heute aber fertig aus" !
"Was hast du denn die letzte Nacht getrieben" ?

Das sind morgentliche Begrüßungen im Büro, wie ich sie oft zu hören bekomme. Leider erwecken meine Augen gerade morgens den Eindruck, als hätte ich "durchgemacht" - auch wenn ich früh ins Bett bin.

Der müde, fertige Eindruck entsteht durch:

- rote Lidränder (wie durch Zigarettenrauch gereizt, bin aber Nichtraucher)
- dunkle Augenringe unterhalb der Augen
- Augenfältchen unterhalb der Augen
- Das Weiße in den Augen ist gerötet.

Wer hat Tipps, was kann ich tun ?
Wie lassen sich die Augen "erfrischen" ?

Ich war auch schon beim Augenarzt, der hatte keine Idee. Nur so Teebeutel-Geschichten solle man NICHT machen, da die Substanzen (gerade auch Kamille) Allergien auslösen können. So seine Meinung.

Subject: Re: Müde, fertige Augen ...
Posted by [humboldt](#) on Mon, 21 Aug 2006 10:57:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nimmst du Fin? Dann kannst du dagegen gar nichts machen...außer absetzen! War bei mir exakt auch so, wie von dir beschrieben!

Man hat die Wahl: Mit total fertigen Augen rumlaufen, aber dafür ein paar Haaren mehr auf dem Kopf oder gesund aussehen und sich lichtendem Haupt...

Sieh´ dich nach topischen Alternativen um: Spiro, Nano, Fin-Lotion, Revivogen, Dr.Proctor etc. und experimentiere dann, was das für dich beste Regimen ist!

Gruß, humboldt

Subject: Re: Müde, fertige Augen ...
Posted by [Greg2022](#) on Mon, 21 Aug 2006 11:00:47 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nein, ich nehme kein Fin.

Subject: Re: Müde, fertige Augen ...
Posted by [cole](#) on Mon, 21 Aug 2006 11:17:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

gegen gerötete Augen wirken doch Augentropfen ganz gut! nur ob die so gesund sind?

Subject: Re: Müde, fertige Augen ...
Posted by [otto_m](#) on Mon, 21 Aug 2006 14:15:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

schonmal Blutdruck checken lassen in letzter Zeit?
Kann man auch gerötete Augen von kriegen...

gruß
otto

Subject: Re: Müde, fertige Augen ...
Posted by [kkoo](#) on Mon, 21 Aug 2006 15:29:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

schläfst du denn gut?

Subject: Re: Müde, fertige Augen ...
Posted by [Greg2022](#) on Mon, 21 Aug 2006 15:45:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich schlafe rel. schnell ein und eigentlich auch gut durch - bis auf gelegentliches "hochschrecken" in der Nacht, für welches ich bis dato aber noch keine Erklärung habe.

Meine Freundin berichtet überdies, dass ich schnarche.

Subject: Re: Müde, fertige Augen ...
Posted by [Boy2Man](#) on Mon, 21 Aug 2006 16:40:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Greg2006 schrieb am Mon, 21 August 2006 13:00Nein, ich nehme kein Fin.

Seht Ihr, muss nicht alles immer am Fin/ Avo liegen

Subject: Re: Müde, fertige Augen ...

Posted by [backflash](#) on Mon, 21 Aug 2006 17:11:38 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zwei Sachen fallen mir spontan ein:

Zu lange am Monitor und zu wenige Lidschläge über Stunden hinweg?
Oder isst Du viele salzhaltige Sachen? Die werden ja besonders gern abends nebenbei gegessen.

Das kann die Ödembildung begünstigen.

Ansonsten kannst Du ja zwischendurch mal Entschlackungs-Tee trinken.

Kann natürlich noch andere Gründe haben, aber lieber harmlos denken

Subject: Re: Müde, fertige Augen ...

Posted by [MarcWen](#) on Tue, 22 Aug 2006 06:36:57 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Greg2006 schrieb am Mon, 21 August 2006 17:45Ich schlafe rel. schnell ein und eigentlich auch gut durch - bis auf gelegentliches "hochschrecken" in der Nacht, für welches ich bis dato aber noch keine Erklärung habe.

Meine Freundin berichtet überdies, dass ich schnarche.

Wenn Du regelmäßig schnarchst und dabei auch Aussetzer in der Atmung hast, dann mal checken lassen... das kann auch zu Komplikationen führen.
