

KGS-PRESSEINFORMATION

Goldene Aussichten fürs Alter: Glücklicher durch scharfes Sehen

Berlin, 10.12.2015 (KGS). **Nach aktuellen Angaben des statistischen Bundesamtes wird 2060 jeder dritte Deutsche mindestens 65 Jahre alt sein¹. Neben schwächer werdenden Augen kommen ab 60 oft noch Augenkrankheiten hinzu. Die gute Nachricht: die Korrektur von Sehschwächen verbessert die Lebensqualität und schützt sogar vor Depressionen²! Senioren mit professionellen Sehhilfen sind nicht nur sicherer zu Fuß und mit dem Auto unterwegs – sondern auch glücklicher.**

Lichtblicke für reife Augen

Rund sieben Millionen Deutsche sind von altersbedingten Sehverschlechterungen betroffen³. Dabei bietet die moderne Augenheilkunde Möglichkeiten, Schwächen auszugleichen und Erkrankungen zu vermeiden. Am Grauen Star (Linsentrübung) leidet heute nahezu jeder über 65⁴. Die richtigen Brillengläser können diese Veränderungen der Augenlinse beim Altersstar ausgleichen⁵. Auch der Grüne Star (erhöhter Augeninnendruck) und die altersbedingte Makuladegeneration (Netzhautschäden) lassen sich durch die korrekte Therapie gut in Schach halten. Vorausgesetzt: Augen und Sehschärfe werden regelmäßig kontrolliert. Dr. Georg Eckert vom Berufsverband der Augenärzte rät: „Ab 60 jährlich zur Augenkontrolle!“⁶

Die richtige Brille erhält die Lebensfreude

Darüber hinaus bedeutet schlechtes Sehen vor allem einen Verlust an Lebensqualität. Betroffene verlieren ihre Selbstständigkeit, ziehen sich zurück und landen oft in sozialer Isolation. Eine US-Studie zeigt, dass Senioren mit Sehstörungen erhöhte Depressionssymptome oder sogar Suizidgedanken⁷ aufweisen⁸. Das muss nicht sein. Spezialisierte Augenoptiker haben die Möglichkeit, selbst kleinste Reste an Sehvermögen zu verstärken.

Ab 60 sicher unterwegs – zu Fuß und auf der Straße

Wer schlecht sieht, stürzt leichter. Denn räumliche Orientierung und Balance, Geschwindigkeit und Entfernung werden über das Sehen ans Gehirn vermittelt⁹. Das gelingt jedem Fünften über 70 nicht mehr, weil die Alltagsbrille zu schwach ist¹⁰. Auch Autofahren wird gefährlich. Laut der deutschen Verkehrswacht ist das Unfallrisiko bei Fahrern ab Mitte 70 doppelt so hoch wie bei jüngeren¹¹.

Lupenbrillen und elektronische Lesehilfen

Menschen mit stark eingeschränktem Sehvermögen steht eine große Auswahl an vergrößernden Sehhilfen zur Verfügung. Lupenbrillen erfordern etwas Training, um die verkürzte Leseentfernung beizubehalten¹². Die elegantere Lösung sind elektronische Lesehilfen. Dank flexibler Vergrößerungsstufen, integrierter Beleuchtung

¹ *Bevölkerung Deutschlands bis 2060*, Statistisches Bundesamt, Stand 2015

(https://www.destatis.de/DE/Publikationen/Thematisch/Bevoelkerung/VorausberechnungBevoelkerung/BevoelkerungDeutschland2060Presse5124204159004.pdf?__blob=publicationFile)

² *Brille gegen Depressionen*, Pharmazeutische Zeitung (<http://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=4178>)

³ Vgl. KGS *Lieber ein kürzeres Leben als verlorenes Augenlicht*

⁴ *Gute Sicht im Alter*, Berufsverband der Augenärzte (<http://cms.augeninfo.de/hauptmenu/gesunde-augen/gute-sicht-im-alter.html>)

⁵ *Grauer Star*, Apotheken Umschau (<http://www.apotheken-umschau.de/Grauer-Star>)

⁶ *Gute Sicht im Alter*, Berufsverband der Augenärzte (<http://cms.augeninfo.de/hauptmenu/gesunde-augen/gute-sicht-im-alter.html>) & Kurztelefonat mit Dr. Georg Eckert

⁷ Presseinformation zur Fachtagung des Deutschen Blinden- und Sehbehindertenverbandes (DBSV) am 27.07.2015 „Sehen im Alter: Neue Herausforderungen – gemeinsame Antworten“

⁸ *Brille gegen Depressionen*, Pharmazeutische Zeitung (<http://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=4178>)

⁹ *Sicher Gehen – weiter sehen: Baustein für Ihre Mobilität*, Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz Hamburg

¹⁰ Material KGS *Bei nachlassender Sehkraft droht Senioren die Vereinsamung*

¹¹ *Verfahren*, Der Spiegel 46/2015

¹² *Informationen zu Hilfsmitteln*, Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.

(http://www.dbsv.org/fileadmin/publikationen/20_265_Testwarenkorb/08_Hilfsmittel_fuer_sehbehinderte_Menschen.pdf)

und Fotofunktion sind selbst kleinste Details wieder entspannt zu erkennen. Nicht viel größer als ein Kartenlesegerät, passen sie in jede Jackentasche.

Der Fachmann kommt auch nach Hause

Auf Grund der vielen Korrektionsmöglichkeiten und der individuellen Anpassung ist der Besuch bei einem spezialisierten Augenoptiker unabdingbar. Wem der Weg zu beschwerlich ist, kann den Experten auch nach Hause bestellen. (Mobile Optiker unter www.sehen.de/service/augenoptiker-suche).

Diese Aussagen können auf eine Sehbehinderung¹³ hinweisen

- a. Ich habe keine Lust mehr zu lesen.
- b. Lesen kann ich nur noch bei Sonnenlicht.
- c. Ich werde stärker geblendet als früher.
- d. Ich erkenne Menschen und Gesichter erst, wenn sie fast vor mir stehen.
- e. Beim Wechsel von Hell in Dunkel (oder umgekehrt) sehe ich erstmal nichts.

¹³ *Sehbehinderungen im Alter*, Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.
(http://www.dbsv.org/fileadmin/publikationen/20_265_Testwarenkorb/DBSV_Brosch_Pflegepersonal.pdf)