

Sehkorrektur für Wassersportler

Beim Wassersport die Alltags-Brille zu tragen oder ganz auf eine Sehhilfe zu verzichten, ist gefährlich. Die Alternative ist eine Wassersportbrille mit Gläsern in der eigenen Sehstärke. Auch fehlsichtige Sportler, die ihre Armaturen und technischen Gerätschaften einwandfrei sehen müssen, können davon profitieren (z.B. Segler, Motorsportler und Angler).

Das Einarbeiten von Ein- oder Mehrstärkengläsern in Sportbrillen ist heute, trotz stark gebogener Formen, problemlos möglich. Dafür muss die Korrektur im Bereich von etwa -4,0 (Kurzichtigkeit) bis +4,0 Dioptrien (Weitsichtigkeit) liegen, in Abhängigkeit von der Fassung und vom Augenabstand ist das auch bei etwas höheren Werten möglich.

Clip-in-Systeme sind eine Alternative, bei denen die Sehstärkengläser hinter die fest eingearbeiteten Schutzgläser der Sportbrille geklemmt werden und somit unkompliziert austauschbar sind. Allerdings verfügen diese, im Vergleich zur Vollverglasung, über einen weniger komfortablen Sehbereich.

Fehlsichtige Schwimmer sollten darüber nachdenken, wie wichtig für sie eine gute Orientierung im Wasser ist. Muss die Entfernung zum nächsten Ufer richtig abgeschätzt werden oder im Schwimmbad der unachtsame Schwimmer frühzeitig zu erkennen sein? Es darf in keinem Fall eine Panik aufkommen, die über unzulängliches Sehen verstärkt wird.

Beim Tauchen ist der Sicherheitsaspekt extrem wichtig. Informationen müssen auf den Geräten zweifelsfrei abzulesen sein. Bei Tauchermasken für einen Druck bis zu 100 Meter Tiefe werden die Korrektionsgläser entweder von innen auf die Scheiben geklebt oder die Maske wird direkt mit Korrektions-scheiben verglast. Oft werden hier Bifokalgläser mit einem Nahteil unten und einer Fernkorrektur oben verwendet. Höhlentaucher können sich die Brillen mit einem zusätzlichen Nahteil oben ausstatten lassen (Trifokalgläser), so dass auch die Felswand über ihnen gut erkennbar ist. Die Alltagsbrille unter der Tauchermaske zu tragen, ist keine Lösung: Die Brillenbügel verursachen einen Spalt zwischen Gesicht und Dichtung, durch den Wasser eindringt.

Pressekontakt

Kuratorium Gutes Sehen e.V.
Kerstin Kruschinski
E-Mail: kruschinski@sehen.de
Tel.: 030 41 40 21 22
Web: www.sehen.de

Kontaktlinsenträger können ihre Sehhilfe unter jeder Wassersportbrille tragen. Ausnahme sind Taucher und Schwimmer. Hier können beim Fluten der Brille die Kontaktlinsen schnell verschwinden. Wer trotzdem Kontaktlinsen tragen möchte, muss also darauf achten, dass die Linsen nicht mit Wasser in Berührung kommen. Formstabile Kontaktlinsen sitzen beweglicher auf den Augen als weiche und können noch schneller von den Augen gespült werden. Bei Weichlinsen besteht das Risiko, dass sich ihre Passform verändert und sich Bakterien aus dem Wasser im Linsenmaterial anlagern. Eine Schwimmbrille, die über den Kontaktlinsen getragen wird, bietet gewissen Schutz. Nach dem Schwimmen oder Tauchen müssen Kontaktlinsen aber immer gründlich gereinigt und desinfiziert werden. Hygienischer sind Eintageslinsen, die direkt nach dem Schwimmen und Tauchen entsorgt werden.

(Zeichen inkl. Leerzeichen: 2.955)