



## PRESSEINFORMATION

### Brillen für Autofahrer – Entspannt und sicher durch die Rushhour

**Berlin, 22.09.2016 (KGS): Schlechte Sichtverhältnisse, überfüllte Straßen und hohe Geschwindigkeiten – der Verkehr erfordert schnelle Reaktionen. Wer gut sieht, ist klar im Vorteil. Doch laut einer Studie der Bundesanstalt für Straßenwesen (BASt) überschätzen gerade Unfallfahrer ihre Sehleistung. So ist im letzten Jahr fast jeder neunte Verkehrsunfall auf schlechtes Sehen zurückzuführen.**

#### Trügerische Selbsteinschätzung

Anders als in Italien, Spanien oder Portugal gibt es in Deutschland keine verpflichtenden Wiederholungssehtests. „Leider“, findet Professor Bernhard Lachmayr, Facharzt für Augenheilkunde und Vorsitzender der Verkehrskommission der Deutschen Ophthalmologischen Gesellschaft (DOG), „denn die subjektive Einschätzung des Sehvermögens ist trügerisch.“ Problematisch sei, dass das Sehvermögen schleichend und unbemerkt nachlässt.

#### Sehtest alle zwei Jahre

Deshalb sollten die Augen alle zwei Jahre von einem Augenoptiker, Optometristen oder Augenarzt getestet werden. Do-it yourself-Seh-Checks finden sich sogar im Internet, z. B. auf [www.seh-check.de](http://www.seh-check.de). Sie geben erste Hinweise auf Sehprobleme, ersetzen aber nicht den Besuch beim Fachmann.

#### Besser Sehen durch neue Technologien

Für Autofahrer ist der ständige Blickwechsel zwischen Armatur, Spiegeln und Straße eine weitere Herausforderung. Wenn ab Mitte 40 die Sehleistung abnimmt, versuchen die Augen, das Defizit über Anspannung auszugleichen. Das ist ermüdend und auf Dauer gefährlich.

Mittlerweile gibt es Brillen, die speziell auf die Sehanforderungen für Autofahrer ausgerichtet sind. Spezialfilter sollen außerdem die Blendung von entgegenkommenden Fahrzeugen, vor allem die von Xenon- und LED-Licht, minimieren. Praktisch ist, dass diese Brillen auch im Alltag getragen werden können.

#### Erste Anzeichen für Sehdefizite am Steuer:

- Verkehrszeichen, Schilder, Personen, Fahrzeuge werden zu spät erkannt oder sind unscharf.
- Fahrzeuge tauchen scheinbar aus dem Nichts auf.
- Gefahrensituationen werden nicht oder erst im letzten Moment wahrgenommen.
- Scheinwerfer blenden so stark, dass die Sicht stark eingeschränkt ist.
- Wiederholter Kopfschmerz beim Autofahren oder ständiges Gähnen.
- Die Augen tränen oder schmerzen.
- Sehstörungen wie Augenflimmern, Lichtblitze, Doppelbilder.

### **Glas- und Fassungstipps für Autofahrer**

1. Entspiegelte Gläser vermindern lästige Reflexionen durch gerade einfallendes Licht.
2. Polarisierende Gläser schützen vor schräg einfallenden Spiegelungen (z. B. Nässe, tief stehende Sonne).  
Hinweis: Auch Head-up-Displays sind nicht mehr erkennbar.
3. Kontraststeigernde Gläser vermindern Dunst- und Streulicht. Sie reduzieren den blauen Lichtanteil.
4. Glastönungen vermindern Blendung. Hinweis: Sehr dunkle Gläser der Schutzkategorie vier sind nicht für den Straßenverkehr geeignet.
5. Schmale Fassungsränder, dünne Bügel und große Gläser schränken die Sicht nicht ein.

Ausführliches Informationsmaterial inkl. Quellangaben unter [Sehen im Straßenverkehr: Gut Sehen – sicher ankommen](#)

Augenoptiker-Suche und Online-Sehtests unter <http://www.seh-check.de/optiker-suche/>