# Experten-Meinungen

## Augen taugen nicht für Dauerblick auf Bildschirme

„Unsere Augen unter-scheiden sich in ihrer Konstruktion kaum von denen bei Menschenaffen oder auch Dinosauriern. Für das permanente Schauen auf größere oder kleinere Bildschirme sind sie ganz sicher nicht konzipiert."

Prof. Dr. Frank Schaeffel, Universitätsklinikum Tübingen, Forschungsinstitut für Augenheilkunde; Deutschlandfunk am 5.10.2015.[1]

## Smartphone & Co. sowie wenig Licht fördern Kurzsichtigkeit bei Kindern

„Die Gründe für den Anstieg der Kurzsichtigkeit bei Kindern sind vermutlich veränderte Spiel- und Freizeitaktivitäten mit vermehrter Nutzung von Smartphones und iPads, verbunden mit intensivem Lernverhalten in Räumen, die wenig Tageslicht bieten."

Prof. Dr. Wolf A. Lagrèze, Universitätsklinikum -Freiburg, Klinik für Augenheilkunde; DOG-Kongress 2015.[2]

## Den Bildschirmarbeitsplatz gibt es nicht (mehr)

„Im Zeitalter digitaler Medien ist es für eine gute Beratung wichtiger denn je, sich mit der persönlichen und individuellen Situation der Nutzung digitaler Endgeräte zu befassen sowie situativ und präventiv zu beraten."

Prof. Dr. Stephan Degle, Ernst-Abbe-Hochschule Jena, Fachbereich SciTec, Fachgebiet Augenoptik/Optometrie; Vortrag auf der 3. Interbild Jena am 14.03.2018.[3]

---

[1] Siebert, D.: Schädlich für die Augen: auf das Handy starren. Deutschlandfunk, 05.10.2015.

[2] Deutsche Ophthalmologische Gesellschaft (DOG): Smartphone & Co: Experten erwarten deutlichen Anstieg der Kurzsichtigkeit. PM zum 113. DOG-Kongress 2015; http://www.dog.org/wp-content/uploads/2015/01/PM_DOG-Kongress_Smartphone_September_2015_F.pdf (Zugriff: 25.04.2017, 16.00 MEZ).

[3] Degle, S.: Den Bildschirmarbeitsplatz gibt es nicht. Vortrag auf der Interbild 2018, Ernst-Abbe-Hochschule Jena. Weiterführende Infos unter http://ergoptometrie.de/grading/ (Zugriff: 26.03.2018, 18:00 MEZ).

**Fehlhaltung macht krank**

„Sitzen ist das neue Rauchen. Die Folgen der Fehlhaltungen bei Tätigkeiten an Bildschirmen und Displays sind vorzeitige Ermüdung, Leistungsverlust und Gesundheitsschäden. Und damit auch Fehlzeiten."

Prof. Dr. Egbert J. Seidel, Sophien- und Hufeland-Klinikum Weimar, Chefarzt Zentrum für Physikalische und Rehabilitative Medizin; Vortrag auf der 1. Interbild Jena am 16.03.2016.[4]

**Warnsignale müder Muskeln bleiben ungehört**

„Bei langandauernder geringer muskulärer Beanspruchung dringen die Warnsignale der Muskulatur nicht ins Bewusstsein. Sie werden bei geistigen Tätigkeiten durch andere Reize verdeckt."

Robert Seibt, THUMEDI GmbH & Co. KG, Leiter Forschung und Entwicklung; 1. Interbild Jena am 16.03.2016.[5]

(Zeichen inkl. Leerzeichen: 2.952)

[4] Seidel, E. J.: Arbeitsformen und Typen von Bildschirmarbeit. Vortrag auf der Interbild 2016, Ernst-Abbe-Hochschule Jena/Sophien- und Hufeland-Klinikum Weimar.

[5] Seibt, R. (THUMEDI GmbH & Co. KG – Europäisches Institut für betriebliche und individuelle Gesundheitsförderung): Analyse und Biofeedback muskulärer Ermüdung bei Bildschirmtätigkeit. Vortrag auf der 1. Interbild, Jena 2016.