

Lernen, Sport und Mobilität – mit gesunden Augen ein Kinderspiel

Gutes Sehen ist keine Frage des Alters. Jedoch steigt das Risiko für Augenerkrankungen in späteren Jahren. Aber regelmäßige Sehkontrollen erhalten Augengesundheit und Lebensqualität.

Fehlsichtige Kinder haben Nachteile

Rund 20 Prozent der Kinder in Deutschland haben unerkannte Sehfehler. Das Gefährliche: Weil sie ohnehin zweieinhalbmal später als Erwachsene reagieren, verlängert schlechtes Sehen zusätzlich ihre Reaktionszeit. Das macht Probleme in der Schule, beim Sport und im Straßenverkehr.

Werden Sehfehler nicht innerhalb der ersten sechs Lebensjahre korrigiert, können sie meist nur unvollständig zurückgebildet werden.¹ Mit drei sollte die erste Augenarztuntersuchung stattfinden. Eine Korrektur mit Kontaktlinsen sei ab dem sechsten Lebensjahr möglich, sagt Dr. Wolfgang Cagnolati, Optometrist aus Duisburg.

Jugendliche mit guten Augen lernen besser

Wer zwölf Jahre oder länger zur Schule geht, wird bis zu 42 Prozent häufiger kurzsichtig als jene, die kürzer die Schulbank drücken. Viele merken es erst während des Studiums. Eine korrigierte Fehlsichtigkeit erleichtert das Vorankommen in Ausbildung, Studium und Beruf und beugt Unfällen beim Sport und im Straßenverkehr vor.

Das Wachstum des Augapfels ist ausschlaggebend bei der Entstehung von Kurzsichtigkeit. Weil es erst mit etwa 30 Jahren abgeschlossen ist, stellen viele nach dem Führerscheintest (meist mit 18) lange nicht fest, dass sie schlechter sehen. Daher sollten auch junge Erwachsene alle zwei bis drei Jahre zum Augenarzt.

¹ Berufsverband der Augenärzte: Achtung Eltern: Jedes 10. Kleinkind sieht schlecht! www.augeninfo.de/presse/9911vor1.htm (Zugriff: 11.01.2016, 11.00 MEZ).

PRESSEINFORMATION

Rechtzeitig eingreifen ab 40

Eine Verschlechterung des Sehens ist ab dem 40. Lebensjahr normal. Autofahrer, die nicht alle zwei Jahre (TÜV-Rhythmus) zum Sehtest gehen, erhöhen das Unfallrisiko im Straßenverkehr für alle. Wenn der Kopf schmerzt, die Augen tränen oder beim Fahren ständig gegähnt wird, kann das an mangelnder Sehleistung liegen. Weil die Augen sich permanent anstrengen müssen, ermüden sie schneller.

Keine Angst ab 50+

31 Prozent der über 50-Jährigen halten den Augenlicht-Verlust für bedrohlicher als Krebs oder Demenz. Ein jährlicher Check schafft Abhilfe. Je früher behandelt wird, desto besser lässt sich die Sehfähigkeit erhalten. Individuelle Sehhilfen steigern das Wohlbefinden. Schnellere Reaktionszeiten machen mobiler und beugen Stürzen vor. Auch gesellschaftliche Unternehmungen sind weiterhin möglich – das schützt vor Vereinsamung.

Selbst-Check bei Sehschwächen

Hinweise auf Fehlsichtigkeit lassen sich schon online ermitteln (www.seh-check.de): Im Internet gibt es Fern-, Nah-, Farb- und Makula-Sehchecks. Sie ersetzen aber keinesfalls den professionellen Test beim Optiker oder Augenarzt.

(Zeichen inkl. Leerzeichen: 2.832)

Pressekontakt

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