

Entspannt die Sonne genießen: Wie gute Brillen schützen

40 Millionen Deutsche tragen eine Korrektionsbrille, doch nur jeder Fünfte von ihnen besitzt eine Sonnenbrille mit Korrektionsgläsern.¹ Die anderen sehen mit ihrer Sonnenbrille schlecht oder setzen sich ungeschützt den Risiken der UV-Strahlen aus. Dabei können Sonnenbrillen unproblematisch mit Korrektionsgläsern ausgestattet werden.

Doch auch jeder vierte „Normalsichtige“² trägt nie eine Sonnenbrille. Dabei lassen UV-Strahlen die Augenpartie schneller altern. Zudem können sie schmerzhaft Entzündungen der Hornhaut verursachen und bleibende Schäden wie Makuladegeneration oder die Eintrübung der Augenlinse (Grauer Star) nach sich ziehen. Am Grauen Star erkranken rund 17 Millionen Menschen pro Jahr.³ Ca. jeder zehnte Fall entsteht durch UV-Strahlen bzw. wird durch diese verstärkt.⁴

Besonderer Schutz für Kinderaugen

Nicht selten tragen Eltern Sonnenbrillen, die Kinder jedoch nicht. Dabei haben die Kleinen viel lichtdurchlässigere Augen als Erwachsene, wie Prof. Hans-Jürgen Grein von der Fachhochschule Lübeck, University of Applied Sciences, erklärt: „Im ersten Lebensjahr durchdringen 90 % der UVA- und über 50 % der UVB-Strahlen die Augenlinse. Erst mit 18 bis 20 Jahren werden UV-Strahlen fast vollständig von der Linse aufgehalten.“⁵ Heimtückisch daran ist, dass sich die krankhaften Veränderungen an den Augen erst viele Jahre später, oft auch erst im Alter bemerkbar machen.

Die größten Irrtümer über UV-Strahlen

UV-Gefahr gibt es nur im Sommer

Falsch! An 365 Tagen im Jahr sind unsere Augen der UV-Strahlung ausgesetzt. Die Belastung hat sich in den letzten Jahrzehnten in Deutschland nahezu verdoppelt. Bereits im April ist die UV-Strahlung so stark wie im August.

¹ Allensbach-Studie zum Sehbewusstsein der Deutschen (ab 16 Jahren) 2014/15

² Allensbach-Studie zum Sehbewusstsein der Deutschen (ab 16 Jahren) 2014/15

³ www.gesundheit.de/krankheiten/augenkrankheiten/blindheit/blindheit-hier-und-in-der-welt

⁴ www.unimedizin-mainz.de/fileadmin/kliniken/betriebsarzt/Dokumente/ssk0907.pdf

⁵ www.thieme.de/viamedici/klinik-faecher-augeheilkunde-1530/a/sonnenlicht-4272.htm; Betätigt als Zitat für KGS: 07.2015

Pressekontakt

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

In den Bergen und im Winter sind UV-Strahlen nicht so gefährlich

Falsch! In den Bergen nimmt der sonnenbrandwirksame Anteil der UV-Strahlung je 1.000 Meter Höhe um 10 bis 20 % zu.⁶ Schnee und Gletscher reflektieren bis zu 95 % der sichtbaren Sonnenstrahlen.⁷

Dunkel getönte Brillengläser schützen vor UV-Strahlen

Falsch! Auch klare Gläser können über einen integrierten UV-Filter verfügen. Das CE-Kennzeichen auf der Brille weist auf den notwendigen UV-Schutz hin. Damit sind die Augen hinreichend geschützt.

Wenn Wolken am Himmel sind, braucht man keinen UV-Schutz

Falsch! Wolken schwächen die Strahlung nicht nur ab, sie können sie kurzzeitig auch erhöhen. Die durchschnittliche Strahlungsintensität ist bei leichter, durchbrochener Bewölkung oft ähnlich hoch wie bei völlig wolkenlosem Himmel.⁸

Nur wer sich im direkten Sonnenlicht aufhält, muss UV-Strahlen fürchten

Falsch! Bis zu 40 % der UV-Belastung entsteht auch im Schatten. Wasser, Wolken, der Sand am Badestrand, aber auch Straßenoberflächen und Glasfronten an Gebäuden reflektieren UV-Strahlen zum Teil um ein Vielfaches. Sie können unbemerkt schräg ins Auge fallen.

(Zeichen inkl. Leerzeichen: 3.527)

⁶ www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=6117

⁷ Pressemitteilung KGS v. 2. Juni 2015

⁸ www.klima-der-erde.de/strahlungshshlt.html, bestätigtes Zitat Dr. Carsten Stick vom Institut für Medizinische Klimatologie für KGS; 07.2015

Pressekontakt

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