

PRESSEINFORMATION

Blindflug im Herbst: Jeder dritte Autofahrer zweifelt an eigener Sehleistung

Schlechte Sicht verlängert Reaktionszeit und erhöht Unfallgefahr

Berlin, 24. September 2025 (KGS). **Regen, Nebel, Dämmerung und blendende Scheinwerfer stellen die Augen im Herbst besonders auf die Probe. Wer schlecht sieht, reagiert zu spät und gefährdet sich und andere. Laut aktueller Allensbach-Brillenstudie¹ zweifelt rund ein Drittel der Pkw-Fahrenden an der eigenen Sehleistung.² Trotzdem verzichten viele über Jahre auf einen Sehtest. Das Kuratorium Gutes Sehen (KGS) rät deshalb: Augen mindestens alle zwei Jahre im TÜV-Rhythmus prüfen lassen.**

Viele wissen um ihre Sehdefizite, handeln aber nicht

In Deutschland sind zwei Drittel der Autofahrenden auf eine Brille angewiesen. Dennoch verlässt sich ein erheblicher Teil auf veraltete Korrektionswerte. Laut aktueller Allensbach-Brillenstudie ist nur gut die Hälfte der Brillentragenden überzeugt, dass ihre Sehleistung bei einer Kontrolle ausreichen würde. Über ein Viertel zweifelt bereits an der eigenen Sehkraft.

Auch ohne Brille ist die Lage nicht besser: Zwar halten sich die meisten für fahrtauglich, doch jeder Sechste rechnet damit, einen Sehtest nicht zu bestehen.³ Besonders auffällig: Unter den 45- bis 49-Jährigen haben in den vergangenen drei Jahren nur knapp vier von zehn Personen einen Sehtest gemacht. Doch in diesem Lebensabschnitt lässt die Sehkraft häufig unbemerkt nach.

Gefahr durch verspätete Reaktion

Wer schlechter sieht, nimmt wichtige Details im Straßenverkehr häufig zu spät wahr. Besonders bei Regen, Nebel oder tief stehender Sonne werden andere Verkehrsteilnehmende zu spät erkannt. Auch Schilder und Fahrbahnmarkierungen geraten leicht aus dem Blick. Im Ernstfall zählt jede Sekunde. Bei Tempo 50 entspricht eine verspätete Reaktion 14 Meter Blindflug, bei 130 km/h sind es 36 Meter.⁴ Auf nasser Fahrbahn kann sich der Bremsweg sogar verdoppeln.⁵

Irrtümer im Faktencheck

- „Nur Ältere sehen schlecht.“ Falsch. Auch junge Erwachsene sind gefährdet.^{6,7} Immer mehr Menschen entwickeln Kurzsichtigkeit erst nach der Führerscheinprüfung.⁸

¹ Allensbach-Brillenstudie 2024/25 im Auftrag des Kuratoriums Gutes Sehen e.V. (KGS), siehe auch:

<https://www.sehen.de/presse/pressemitteilungen/zahlen-fakten/allensbach-brillenstudie-2024-25/>

² Die Angabe bezieht sich auf die Teilgruppe der Autofahrenden, die sich schon einmal Gedanken über ihr aktuelles Sehvermögen gemacht haben: Das sind laut Allensbach 84 Prozent der Brillentragenden und 76 Prozent der Nicht-Brillentragenden. Innerhalb dieser Gruppe gaben insgesamt rund 30 Prozent an, aktuell mit ihrer Sehleistung nicht zufrieden zu sein oder Zweifel zu haben.

³ Bei den Brillentragenden lag der Anteil der Zweifelnden bei 27 Prozent, bei den Nicht-Brillentragenden bei 16 Prozent. Bezogen jeweils auf die gesamte Grundgesamtheit wären es addiert etwa ein Viertel aller Autofahrenden.

⁴ Formel für die Berechnung des Bremsweges z. B. siehe unter: <https://www.adac.de/verkehr/rund-um-den-fuehrerschein/erwerb/reaktionsweg-berechnen/>

⁵ Bremsweg bei Nässe z. B. siehe: <https://tuev-thueringen.de/blog/fahren-im-herbst-nasse-fahrbahn-und-herbstlaub-verlaengern-bremsweg>

⁶ Vgl. Schuster A., Hopf S. et al.: Epidemiologie der Myopie – Ergebnisse aus der Gutenberg-Gesundheitsstudie, Universität Mainz, 2024, <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/pdf/10.1055/a-2340-1790.pdf?articleLanguage=de>

⁷ Vgl. International Myopia Institute (IMI): Myopia Onset and Progression In Young Adults – 2023 Clinical Summary (German), 2024, https://myopiainstitute.org/wp-content/uploads/2023/05/2024_03_27-IMI-Myopia-Onset-and-Progression-In-Young-Adults-2023-Clinical-Summary-German.pdf

⁸ Weitere Informationen zu Kurzsichtigkeit bei jungen Verkehrsteilnehmenden:

<https://www.sehen.de/presse/pressemitteilungen/sehen-im-strassenverkehr/kurzichtigkeit-gefaehrdet-besonders-junge-verkehrsteilnehmende/>

- **„Nachtblindheit heißt: kein Autofahren im Dunkeln.“** Das trifft nur selten zu.⁹ Wer bei Dämmerung und Dunkelheit unsicher ist, sollte die Ursachen abklären lassen. In vielen Fällen steckt eine korrigierbare Sehschwäche oder erhöhte Blendempfindlichkeit dahinter.¹⁰
- **„Gutes Sehen ist Privatsache.“** Stimmt so nicht. Laut Fahrerlaubnisverordnung ist jede Person selbst dafür verantwortlich, die eigene Fahrtauglichkeit regelmäßig zu prüfen. Wer schlecht sieht und einen Unfall verursacht, trägt Mitschuld.¹¹

Tipps für bessere Sicht im Herbst

- **Sehkraft prüfen lassen:** Alle zwei Jahre im Augentoptikbetrieb oder in der Augenarztpraxis, ab 60 besser jährlich. Erste Hinweise liefern kostenfreie Online-Sehtests, z. B. auf www.seh-check.de.
- **Brillengläser optimieren:** Spezielle Autofahrerbrillen mindern Blendung, verstärken Kontraste und erleichtern den Blickwechsel zwischen Straße und Navigationssystem. Entspiegelte oder polarisierende Gläser erhöhen die Sicherheit bei Nässe und Dämmerung.
- **Trockene Augen vermeiden:** Bei längeren Fahrten öfter blinzeln, Pausen einlegen und bei Bedarf Benetzungstropfen nutzen.
- **Sonnenbrille bereithalten:** Tönungen reduzieren die Lichtintensität, ein Polarisationsfilter verhindert zusätzlich Blendung durch Reflexionen auf nassen Straßen und bei tief stehender Sonne. Empfehlenswert ist Tönungsstufe zwei oder drei; Stufe vier ist im Straßenverkehr verboten.

Weiterführende Informationen

- Allensbach-Brillenstudie 2024/25: <https://www.sehen.de/presse/pressemitteilungen/zahlen-fakten/allensbach-brillenstudie-2024-25/>
- Themenservice Risikogruppen im Straßenverkehr: <https://www.sehen.de/presse/pressemitteilungen/presse-themenservice/risikogruppen-im-strassenverkehr/>
- Pressemitteilungen zum Sehen im Straßenverkehr: <https://www.sehen.de/presse/pressemitteilungen/sehen-im-strassenverkehr/>
- Expertenartikel zum Sehen im Straßenverkehr: <https://www.sehen.de/sehen/sehen-im-strassenverkehr/>

Wissenschaftliche Expertise für Medien

Sie suchen eine Expertin oder einen Experten aus der Wissenschaft rund um das Thema Sehen? Das Kuratorium Gutes Sehen vermittelt Ihnen gerne den passenden Kontakt für Interviews, O-Töne oder Hintergrundgespräche.

Abgefragt: 26. Allensbach-Studie – Einzige Langzeitstudie zum Sehverhalten in Deutschland

Seit 1952 erhebt das Institut für Demoskopie Allensbach im Auftrag des Kuratoriums Gutes Sehen (KGS) regelmäßig Daten zum Umgang der Bevölkerung mit dem Thema Sehen. Die Untersuchung dokumentiert sowohl kurzfristige Entwicklungen als auch langfristige Veränderungen im Bewusstsein und Verhalten rund um Sehgesundheit und Korrektionsmittel – etwa zu Brillen, Kontaktlinsen, Sehtests und Brillenanschaffung. Grundlage sind zwei bevölkerungsrepräsentative Befragungen mit insgesamt rund 2.000 Personen ab 16 Jahren. Die aktuelle, 26. Erhebung fand im Herbst 2024 statt.

Kuratorium Gutes Sehen e.V. – Wissen rund um Gutes Sehen und Aussehen

Der Verein ist eine überregional arbeitende Initiative, die seit 1949 Aufklärungsarbeit rund um Gutes Sehen und Aussehen mit Brille und Kontaktlinsen leistet. In Zusammenarbeit mit unabhängigen wissenschaftlichen Beratern informiert er über Themen wie Sehprobleme, Kinder und Sehen, Sonnenschutz, Sehtests, Brillenstyling, Sehen im Beruf, beim Sport und im Straßenverkehr. www.sehen.de | www.seh-check.de | www.brillenstyling.de | www.kontaktlinseninfo.de

Ihre Ansprechpartnerin für weitere Informationen und Bildmaterial

Kuratorium Gutes Sehen e.V. | Werderscher Markt 15 | 10117 Berlin
 Kerstin Kruschinski (Leiterin PR und Kommunikation)
 Tel. 030 41 40 21-22 | presse@sehen.de | www.sehen.de

⁹ Laut Dr. Utta Petzold, Medizinerin bei der BARMER, siehe: <https://www.barmer.de/presse/presseinformationen/newsletter-gesundheit-im-blick/nachtblind-1070512>

¹⁰ Weitere Informationen zu Nachtblindheit: <https://www.sehen.de/sehen/sehschwaeche/nachtblindheit/>

¹¹ Verordnung über die Zulassung von Personen zum Straßenverkehr § 2 Eingeschränkte Zulassung, siehe auch: https://www.gesetze-im-internet.de/fev_2010/_2.html