

PRESSEINFORMATION

Pandemiefolge Kurzsichtigkeit: Sehtests schützen Kinder vor Langzeitschäden

Neue Möglichkeiten Kurzsichtigkeit auszubremsen

Berlin, 23. August 2021 (KGS). **Weniger Zeit draußen, mehr Zeit drinnen vor dem Bildschirm: Erste Studien zeigen, dass Lockdown und monatelanges Homeschooling eine Kurzsichtigkeitswelle bei Kindern zur Folge haben könnte.ⁱ Doch je früher die Fehlsichtigkeit einsetzt und je stärker sie ausfällt, desto häufiger drohen schwere Augenerkrankungen im Erwachsenenalter. Schulkinder sollten daher jedes Jahr zum Sehtest. Neue Korrektionsmethoden helfen außerdem, eine weitere Verschlechterung der Sehleistung zu vermeiden.**

Wie eine Umfrage des Kuratorium Gutes Sehen e.V. (KGS) aus dem Jahr 2017 ergeben hat, sind regelmäßige Sehtests bei Kindern allerdings die Ausnahme. So hatte fast jedes zweite Kind keinen aktuellen Sehtest – entweder, weil es noch nie beim Augenarzt war oder weil der Test zwei oder mehr Jahre zurücklag. Weniger als die Hälfte aller Eltern lässt die Augen ihrer Kinder jährlich überprüfen. Knapp zwei Drittel der Sehschwächen bei Kindern bleiben dadurch lange unentdeckt.

Kurzsichtigkeit setzt bei Kindern in der Regel zwischen dem 7. und 15. Lebensjahr (Schulmyopie) ein. Durch ausdauerndes Nahsehen – sei es aufs Handy, ein Buch oder einen Monitor – kann es zu einem ungebremsten Längenwachstum des Augapfels kommen. Je früher die Kurzsichtigkeit entsteht, desto höher sind die im Erwachsenenalter erreichten Dioptrienwerte – mit der möglichen Spätfolge Blindheit.

Kinderaugen müssen regelmäßig untersucht werden

Regelmäßige Sehtests sind daher das A&O, um Fehlsichtigkeiten frühzeitig zu entdecken und rechtzeitig gegenzusteuern. Viele Eltern wissen, dass regelmäßige Augenuntersuchungen bei kleinen Kindern im Rahmen der U-Untersuchungen notwendig sind. In Zeiten von Corona sollten aber alle Schulkinder von 7 bis 14 einmal pro Jahr auf eine entstehende Kurzsichtigkeit geprüft werden. Dies gilt besonders für Kinder, deren Eltern ebenfalls kurzsichtig sind. Einen Online-Sehtest für Kinder zur ersten Orientierung gibt es hier: <https://www.sehen.de/sehtests/online-sehtests-zum-ausdrucken/>

Spezielle Brillengläser, Tropfen oder Linsen können die Kurzsichtigkeit ausbremsen

Kurzsichtige Kinder sollten eine Brille oder Kontaktlinsen tragen, um die Fehlsichtigkeit zu korrigieren. Eine weitere Verschlechterung lässt sich mithilfe spezieller Brillen, Augentropfen und Kontaktlinsen vermeiden. Brillengläser zur Myopiekontrolle enthalten Zusatzlinsen in einer höheren Stärke als die zentrale Zone des Brillenglases. Die Linsen erzeugen eine zweite Bildebene im Augeninneren und verhindern so ein weiteres Längenwachstum des Augapfels. Atropin-Tropfen werden vom Augenarzt verschrieben. Bei Kindern im Alter zwischen sechs und 14 Jahren können sie die Myopie um 50 Prozent mindern. Sogenannte Ortho-K-Linsen korrigieren die Sehschwäche und verzögern ebenfalls das Längenwachstum. Sie werden nur nachts getragen und flachen die Hornhaut ab. Außerdem wichtig: Täglich mindestens zwei Stunden raus an die frische Luft, denn Tageslicht und der Blick in die Ferne senken das Risiko, dass eine Kurzsichtigkeit entsteht oder sich stark ausprägen kann.

[Wörter: 418; Zeichen inkl. Leerzeichen: 3.181]

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

ⁱ „Progression of Myopia in School-Aged Children After COVID-19 Home Confinement“ (14.01. 2021)
<https://jamanetwork.com/journals/jamaophthalmology/article-abstract/2774808>