

# PRESSEINFORMATION

## Urlaubstipps für Menschen mit Brille und Kontaktlinsen

### Nie ohne Ersatz auf Reisen gehen

Berlin, 25.07.2022 (KGS). **Gehen Brille oder Kontaktlinsen während einer Reise kaputt oder verloren, haben Fehlsichtige das Nachsehen. Denn nicht in jedem Urlaubsort ist ein Augenoptik-Fachgeschäft in der Nähe, wo beschädigte Gläser von einem Tag auf den anderen ausgetauscht bzw. für passenden Linsenersatz gesorgt werden kann. Das Kuratorium Gutes Sehen (KGS) gibt Reisenden Tipps, wie Brille und Linsen Sand, Meeressalz und tropische Temperaturen unbeschadet überstehen – und warum eine Ersatz-Sehhilfe in keinem Koffer fehlen sollte.**

Die Anfertigung einer neuen Brille dauert im Ausland mitunter länger als die Reise selbst. Und sollte es später Probleme mit der, im Urlaub gekauften, Brille geben, ist es schwierig Nachbesserung oder Ersatz einzufordern. Um sich unnötigen Stress zu ersparen, sollten Fehlsichtige immer eine Zweitbrille in ihrer Stärke mit im Gepäck haben.

Auch bei Kontaktlinsen macht ein Extra-Paar nebst passender Pflegelösung Sinn. Denn fern der Heimat auf andere Linsen oder Pflegemittel umzusteigen birgt immer ein Risiko von Unverträglichkeiten.

### Am Strand: Brillengläser nicht am Handtuch abwischen

Auch wenn Sonnencreme und Sand auf den Brillengläsern kleben, sollten Strandurlauber\*innen nicht der Versuchung erliegen, diese kurzerhand mit dem Handtuch oder T-Shirt abzuwischen. Denn die kleinen Sandpartikel wirken wie Schleifpapier auf der Oberfläche der Gläser und können diese so stark zerkratzen, dass deutliches Sehen nicht mehr möglich ist. Stattdessen heißt es: Brille unter den Wasserhahn und anschließend mit einem Putztuch aus Mikrofaser polieren.

### Im Auto: Kombination aus Brille und Kontaktlinsen für Korrektion, Sonnen- und Blendschutz

Blendung durch gleißendes Sonnenlicht ist eine oft unterschätzte Gefahrenquelle. Auf dicht befahrenen Straßen oder bei hohem Tempo auf der Autobahn reichen schon wenige Sekunden „Blindflug“ aus, um schlimme Unfälle zu verursachen. Fehlsichtige sollten sich rechtzeitig vor der Urlaubsreise um eine Sonnenbrille in der richtigen Stärke kümmern oder wahlweise eine Kombination aus Kontaktlinsen und Sonnenschutz parat haben. Auch Gleitsichtgläser sind mit getönten Gläsern erhältlich, sodass scharfes Sehen sowohl auf die Armaturen als auch auf das vorausfahrende Fahrzeug möglich ist. Wer ganz auf Nummer sicher gehen will, greift zu einer Brille mit polarisierenden Gläsern, die störende Reflektionen fernhalten sowie das Farb- und Kontrastsehen verbessern.

Wichtig ist: Weder Brille noch Sonnenbrille sollten bei hohen Temperaturen im Auto liegen bleiben. Die Hitze kann die Gläser so beschädigen, dass Verzerrungen entstehen. Vorsicht ist auch bei Linsen sowie Pflegemitteln geboten: Bei direkter Sonneneinstrahlung und Temperaturen über 30 Grad werden sie in ihrem Behälter regelrecht gekocht und damit unbrauchbar.

### Im Flugzeug: Nachbenetzungstropfen und Kontaktlinsenlösung im Reiseformat

Die Luft in der Flugzeugkabine ist meist extrem trocken, was den Tragekomfort von Kontaktlinsen einschränken kann. Hier schaffen Nachbenetzungstropfen, so genannte „künstliche Tränen“, Abhilfe. Kontaktlinsenträger\*innen sollten daran denken, dass maximal 100 Milliliter Pflegelösung mit ins Handgepäck dürfen. Fläschchen in „Reisegröße“ gibt es bei Augenoptiker\*innen. Die weit verbreiteten 360-Milliliter-Flaschen gehören dagegen zum Check-in.

[Wörter: 456; Zeichen inkl. Leerzeichen: 3.396]

**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](mailto:presse@sehen.de) | [www.sehen.de](http://www.sehen.de) | [www.seh-check.de](http://www.seh-check.de) | [www.brillenstyling.de](http://www.brillenstyling.de)