

PRESSETEXT

Hochrisikogruppen Jung & Alt

Warum gerade sie im Straßenverkehr ganz besonders auf ihre Augen achten müssen.

Statistiken zeigen, dass junge und alte Menschen die meisten Verkehrsunfälle in Deutschland verursachen. Eine Parallele: in beiden Lebensabschnitten verändern sich die Augen besonders stark, lange schleichend und unerkannt. Das Unfallrisiko steigt enorm. Deshalb ist der REGELMÄSSIGE SEHTEST für junge Menschen bis 30 und ältere ab 65 Jahren Voraussetzung für das sichere Führen eines Fahrzeugs und die Vermeidung gefährlicher Verkehrsunfälle. Er sollte so selbstverständlich sein wie der regelmäßige Gang zum Zahnarzt – der auch nicht gesetzlich vorgeschrieben ist.

Fahrerassistenzsysteme und autonomes Fahren sind „nice-to-have“, doch in kritischen Situationen muss der Mensch die Gefahr selbst erkennen, reagieren und eingreifen können. Eine zentrale Rolle spielt dabei der SEHSINN. Die Augen verfolgen das Verkehrsgeschehen und die gewonnenen Seheindrücke geben den Impuls für rechtzeitiges Handeln im Straßenverkehr. Funktioniert das Sehen nicht so wie es sollte, wird es gefährlich – und zwar für Jung und Alt gleichermaßen.

Warum geht von Jung und Alt ein höheres Unfallrisiko aus?

Junge Menschen sitzen erst kurze Zeit hinterm Steuer, sind unerfahren und können mit komplexen Verkehrssituationen häufig nicht souverän umgehen. Zudem überschätzen viele ihre Fahrkompetenz, sind risikobereiter, erkennen Gefahren zu spät und lassen sich leichter ablenken. Ältere Menschen punkten zwar durch fundierte Erfahrung im Straßenverkehr und mit hoher Fahrkompetenz, doch altersbedingte gesundheitliche Einschränkungen erhöhen das Unfallrisiko immens. Zusätzliche

PRESSETEXT

Sehdefizite beider Altersklassen machen Jung und Alt zu Hochrisikogruppen im Straßenverkehr!

Der Risikofaktor „Sehen“ im Überblick:

Kurzsichtigkeit in jungen Jahren: gute Sicht – nur bis zum Armaturenbrett

Junge Augen sehen nicht generell gut. Kurzsichtigkeit etwa stellt sich bis ins dritte Lebensjahrzehnt ein. Ursachen sind unter anderem intensives und langes Nahsehen, wenig Tageslicht und wenig Frischluft – in Zeiten des digitalen Dauerfeuers durch Smartphones & Co. mittlerweile ein verbreitetes Phänomen. Wer kurzsichtig am Steuer sitzt, kann vielleicht noch die Armaturen gut erkennen, die Sicht in die Ferne verschwimmt allerdings. Betroffene FahrerInnen schätzen Entfernungen falsch ein und erkennen Straßenschilder und Gefahren zu spät. Und genau diese fehlenden Sichtmeter sind lebensgefährlich: Wer bei Tempo 100 eine Sekunde zu spät reagiert, tritt rund 28 Meter später aufs Bremspedal.

Ältere Fahrer: begrenzt fahrfit

Die Ü65-Jährigen sind aktiv und mobil. Sie lenken das Auto gern noch selbst. Dagegen spricht erst einmal nichts. Weil die Älteren schon Jahrzehnte am Steuer sitzen, punkten sie mit hoher Fahrkompetenz und fahren oft vorsichtiger als die Jungen. Naturgemäß geht das Altern aber mit immensen Einschränkungen einher, die individuell zudem sehr unterschiedlich ausfallen. Seh- und Hörvermögen, Beweglichkeit, Konzentration, Informationsverarbeitung und Reaktionsvermögen lassen nach. Unterm Strich schwindet die Fahrfitness!

RISIKO: Sehdefizite

Typisch für ältere Verkehrsteilnehmer mit Sehmängeln sind Dunkelheitsunfälle, Vorfahrtsverletzungen und Überholunfälle. Altersbedingte Defizite treten vor allem auf bei:

PRESSETEXT

- Sehschärfe,
- Sehen bewegter Objekte,
- Lichtempfindlichkeit,
- Dämmerungs- und Nachtsehen,
- Blendempfindlichkeit und Streulicht,
- Anpassungsfähigkeit des Auges bei Hell-Dunkel-Wechsel,
- Kontrastsehen und Farbsehen,
- Gesichtsfeldwahrnehmung,
- räumlichem Sehen.

Ab etwa Mitte 40 nimmt die Elastizität von Linse und Ringmuskel der Augen ab. Nahes ist nicht mehr scharf zu sehen. Diese so genannte Alterssichtigkeit verstärkt sich mit der Zeit. Auch mittlere Entfernungen werden zum Problem. Hier helfen Brillen oder Kontaktlinsen. Parallel lassen das Dämmerungs- und Nachtsehvermögen sowie das Kontrastsehen nach. Alters- und krankheitsbedingte Trübungen von Hornhaut, Linse und Glaskörper führen zu erhöhter Blendempfindlichkeit. Das periphere Sehen, also das, was aus den Augenwinkeln ohne Augen- und Kopfbewegung überblickt wird, verschlechtert sich mit zunehmendem Alter.

Vom typischen Altersleiden Grauer Star (Katarakt) ist laut Experten schon jeder Zweite der 52- bis 64-Jährigen betroffen. Bei neun von zehn 65- bis 75-Jährigen tritt diese Linsentrübung auf. Die Hälfte von ihnen erfährt ab 75 Jahren starke Beeinträchtigungen. Kraftfahrer mit altersbedingter Makuladegeneration sind besonders gefährdet. Sie sehen unscharf und verzerrt, sind blendempfindlicher und haben bei fortschreitender Krankheit blinde Areale im zentralen Sehfeld.

RISIKO: Dunkelheit

Im Dunkeln ist schlecht munkeln und für viele – vor allem Ältere – schlecht fahren. Jeder fünfte Autofahrer ist nachts von

PRESSETEXT

Sehstörungen betroffen. Ein Drittel der Brillenträger und fast 40 Prozent der Nichtbrillenträger geben an, in dieser Zeit nicht mehr so gut zu sehen. Rund ein Drittel der tödlichen Verkehrsunfälle ereignet sich in der Dämmerung und bei Dunkelheit.

Sehen im Dunkeln verschlechtert sich im Alter zunehmend Gut jeder zehnte Verkehrsteilnehmer zwischen 50 bis 59 Jahren ist nachts nicht mehr fahrtauglich, ab einem Alter von 60 Jahren bereits jeder fünfte. Allgemein nimmt die Sehschärfe bei Dämmerung und Dunkelheit ab dem 50. Lebensjahr ab – und das schleichend. Ursachen für Dunkelheitsunfälle sind oft Trübungen von Hornhaut, Linse und Glaskörper des Auges, Erkrankungen von Makula und Sehnerv sowie die altersbedingte Verschlechterung der visuellen Wahrnehmung generell.

Nur bei Dunkelheit kurzsichtig

Doch nicht nur das Alter ist schuld. Ein Phänomen ist die Nachtkurzsichtigkeit. Sie kann auch bei Menschen auftreten, die am Tag gar keine Brille brauchen. Stellt der Augenarzt diese Fehlsichtigkeit fest, lässt sie sich gut mit einer speziellen Brille korrigieren.

(Zeichen mit Leerzeichen: 5852)