



# PRESSEINFORMATION

## Mangelnder Sonnenschutz für Brillenträger Fast 17 Millionen sind „oben ohne“ unterwegs

Berlin, 30. Juli 2020 (KGS). Wie eine aktuelle Untersuchung zeigt, ist die Anzahl der Brillenträger in Deutschland in den letzten fünf Jahren um eine Million gestiegen. Allerdings besitzt ein großer Teil von ihnen keine Sonnenbrille in der entsprechenden Sehstärke. Knapp 17 Millionen Menschen (ab 16 Jahren) riskieren damit gerade in der Urlaubszeit langfristige Augenschäden durch intensives UV-Licht. Dabei gibt es auch für Brillenträger viele Möglichkeiten, das empfindliche Sehorgan zu schützen. Das Kuratorium Gutes Sehen (KGS) informiert über die Vor- und Nachteile der verschiedenen Optionen.

Nach der aktuellen Brillenstudie des Instituts für Demoskopie Allensbach brauchen inzwischen zwei von drei Menschen in Deutschland eine Brille. Die neueste, vom Kuratorium Gutes Sehen (KGS) in Auftrag gegebene Untersuchung zeigt aber auch: Gut 41 Prozent der Brillenträger tragen nie oder selten eine Sonnenbrille in ihrer Sehstärke.

Dabei brauchen die Augen im Sommer besonderen Schutz. So gehen die meisten vorzeitigen Alterserscheinungen und weit verbreiteten Augenerkrankungen auf das Konto von UV-Strahlung, angefangen vom Grauen Star über altersbedingte Makula-Degeneration bis hin zu Tumoren. Was können Brillenträger also tun, um die Sonne gut geschützt zu genießen?

### Option 1: Sonnenbrille in Sehstärke

Eine individuell angefertigte Sonnenbrille in Sehstärke bietet den besten Schutz. Diese ist bei jedem Augenoptiker erhältlich. Autofahrer sollten über eine an die eigene Sehstärke angepasste Sonnenbrille mit Polarisationsfilter nachdenken, die zusätzlich vor Blendung durch Reflexionen schützen. Auch vorhandene Sonnenbrillen können nachträglich mit polarisierenden Gläsern ausgestattet werden – das spart Geld. Für einen umfassenden UV-Schutz der Augenpartie sollte die Sonnenbrille große Gläser und breite Bügel haben, die auch vor seitlichem Lichteinfall schützen. Nachteil der Sonnenbrille in Sehstärke: Schlägt das Wetter um oder tritt man aus dem Hellen in Innenräume, lässt sich die verdunkelnde Wirkung nicht einfach „abschalten“.

### Option 2: Brille in Sehstärke mit selbsttönenden Gläsern

Selbsttönende, sogenannte phototrope, Gläser verdunkeln sich von selbst. Solche Gläser haben viele Vorteile: Sie vereinen Korrektions- und Sonnenbrille in einer Fassung. Außerdem passt sich ihre Tönung den aktuellen Lichtverhältnissen an. Damit verhindern sie schnelles Ermüden und ersparen häufiges Brillenwechseln. Autofahrer sollten allerdings wissen, dass sich nur wenige phototrope Gläser im Auto verdunkeln. Das benötigte UV-Licht wird von den Autoscheiben gefiltert. Eine zweite, „normale“ Brille sollte deshalb immer griffbereit sein.

### Option 3: Aufsteck-Sonnenbrille

Wer für unterschiedliche Bedingungen gerüstet sein will, kann auch auf eine Clip-on- oder Aufsteckbrille ausweichen. Der Vorteil: Die vertraute und gut angepasste „Alltagsbrille“ kann mithilfe des Aufsatzes im Sommer bzw. Urlaub einfach weiterbenutzt werden. Die Nachteile: Nicht jeder kann sich mit der Optik einer Aufsteckbrille anfreunden. Zudem können Reflexionen zwischen Brillenglas und Clip das Sehen beeinträchtigen.

### Option 4: Kontaktlinsen mit UV-Schutz

Die meisten modernen Kontaktlinsen haben einen integrierten UV-Filter. Damit ist das empfindliche



modischer Sonnenbrillen ohne Sehstärke – für den optimalen Durchblick sorgen ja die Linsen. Weitere Vorteile: Kontaktlinsen sind unsichtbar, praktisch beim Sport, im Wasser und beschlagen nicht.

Doch auch Linsen haben Nachteile: Weil sie das Auge nur zum Teil bedecken, ist zusätzlicher Schutz durch eine Sonnenbrille ratsam. Außerdem können sie beim Schwimmen oder Tauchen aus dem Auge gespült werden. Wer auf Nummer sicher gehen will, greift zur Schwimmbrille. Damit sieht man im Wasser deutlich und ist außerdem vor dem Verlust der Linsen geschützt.