

Bildschirmnutzung und Auswirkungen auf die Gesundheit

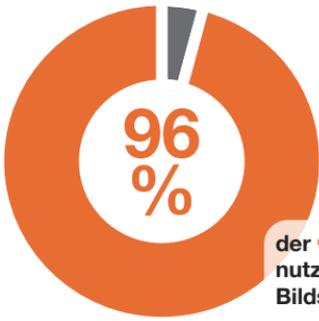
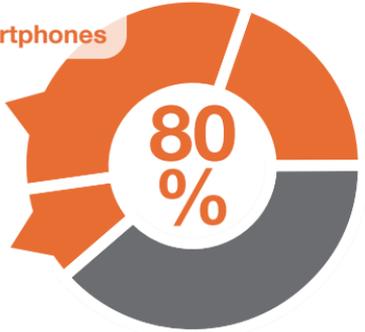
Umfrage Kuratorium Gutes Sehen e.V. in Deutschland, Juni 2013, 500 Teilnehmer ab 18 Jahren

Mehr als 90 % der 40 - 60 Jährigen nutzen täglich Bildschirmgeräte

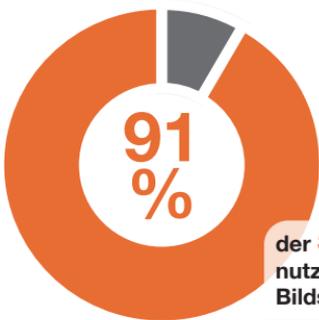
80 % nutzen täglich Computer / Tablet / Smartphones

33 % mehr als vier Stunden pro Tag

9 % mehr als acht Stunden täglich



der 40-49-Jährigen nutzen täglich Bildschirmgeräte**



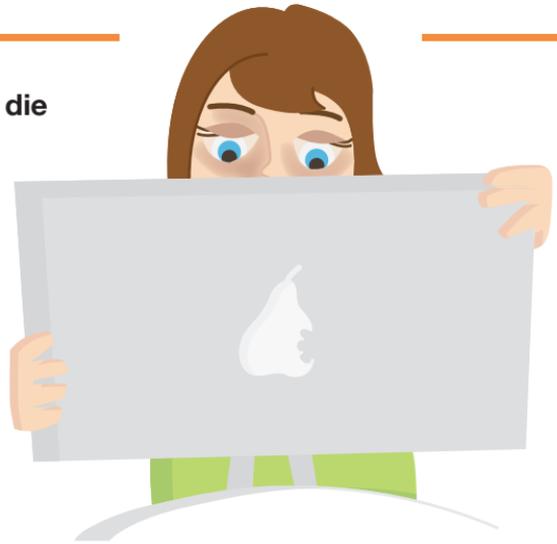
der 50-59-Jährigen nutzen täglich Bildschirmgeräte**

in dieser Altersgruppe verbringen mehr als 4 Std. täglich vor dem Bildschirm



Ab dem 40. Lebensjahr nimmt die Sehleistung rapide ab

** Ab dem 40. Lebensjahr setzt die so genannte „Alterssichtigkeit“ ein, bei der die Augenlinse an Elastizität verliert und nicht mehr richtig scharfstellen kann. Fürs Nahsehen und mit der Zeit auch für mittlere Entfernungen wird eine Sehkorrektur benötigt.



Bildschirmnutzer leiden unter gesundheitlichen Beeinträchtigungen

Bei der Nutzung von Bildschirmgeräten leiden die Befragten unter:

Frauen leiden häufiger unter diesen „astenopischen Beschwerden“ als Männer

41 % Nackenschmerzen / Verspannungen

14 % schwere Augenlidern

16 % brennende / tränende Augen

19 % Müdigkeit



In Deutschland arbeiten ca. 17 Millionen Menschen am Bildschirm. 90 % leiden unter Beschwerden. Aber nur 2 % nutzen eine Bildschirmbrille.

Ca 17 Mio. Menschen in Deutschland sind von einer Arbeit am Bildschirm betroffen. Von den Betroffenen tragen nur 2 % eine Bildschirmbrille."

2 %



der Befragten nutzen eine Einstärkenbrille am Computer



nutzen eine Gleitsichtbrille

- Die Bildschirmbrille hat große Sehbereiche für kurze und mittlere Distanzen, dazwischen gleitende Übergänge
- Eine Bildschirmbrille sorgt für entspannte Sicht auf den Monitor, den Schreibtisch und den Gesprächspartner
- Bildschirmbrillen werden präzise auf die typischen Distanzen, Blickbewegungen und den Träger angepasst
- Die Bildschirmbrille kann Verspannungen und frühzeitige Ermüdung verhindern