



BERUFSVERBAND DER AUGENÄRZTE DEUTSCHLANDSE.V.

Gefahr für die Augen durch dünner werdende Ozonschicht

Berufsverband der Augenärzte warnt vor Augenerkrankungen durch UV-Licht

Düsseldorf, 09. August 2006 – Die Ozonschicht in der Stratosphäre schützt uns vor schädlichen Strahlen aus dem All. Durch die seit Jahren steigende Umweltbelastung wird sie immer dünner und durchlässiger. Dadurch gelangt vor allem mehr UV-B-Strahlung auf die Erde. Sie dringt nun im Sommer beim Aufenthalt im Freien ungefiltert in die Augen. Bindehautentzündung, Linsentrübung (Grauer Star) und sogar Netzhautschäden können die Konsequenzen sein. „Bei der gefährlichen ultravioletten Strahlung sind wir trotz eingebauter Schutzmechanismen des Auges oft gefährdet, weshalb ein guter Sonnenschutz sehr wichtig ist“, erklärt Prof. Frank Holz, Direktor der Augenklinik des Universitätsklinikums Bonn. Bleibende Schäden an der Netzhaut, die das Sehvermögen extrem beeinträchtigen und sogar zu einer Altersblindheit führen können, sind schmerzlos und machen sich erst Jahre später bemerkbar. Sonnenbrille oder Kontaktlinsen mit UV-Schutz sind deshalb gerade im Sommer unabdingbar. Damit Sonnenbrillen die Augen auch schützen und nicht nur modisches Accessoire sind, müssen sie allerdings auch einige Bedingungen erfüllen. „Wichtig ist, dass die Brillengläser qualitätsgeprüft sind (CE-Zeichen), denn nur dann ist garantiert, dass das besonders schädliche kurzwellige UV-Licht tatsächlich blockiert wird“, sagt Prof. Holz. Auch auf die Größe der Brille sollte der Käufer achten, denn bei kleinen, runden Gläsern besteht die Gefahr, dass das UV-Licht von der Seite her in die Augen trifft. „Bei einem guten Sitz sollte die Brille oben bis zu den Augenbrauen und seitlich bis zum Gesichtsrand reichen“, erklärt Dr. Gerald Böhme, Vorstand des BVA. Nur eine Sonnenbrille, die alle Kriterien erfüllt, bietet den optimalen Schutz vor den intensiven Sonnenstrahlen.

Gute Sicht durch richtige Farbauswahl

Sonnenbrillen, die einen gewissen Qualitätsstandard erfüllen und die UV-Strahlen vollständig abblocken, schützen die Augen effektiv. Ein Brillenglas, das lediglich dunkel getönt ist, jedoch keinen hohen UV-Schutz bietet, ist dagegen besonders gefährlich, weil es den natürlichen Schutzmechanismus des Auges austrickst. Bei hellem Licht verengt sich die Pupille und verhindert auf diese Weise, dass die Strahlen voll auf die Netzhaut fallen. Hinter dunklen Gläsern bleibt sie weit geöffnet und bietet eine Einfallspforte für gefährliche energiereiche Strahlen. Qualitätsmerkmale sind das „UV-400“-Zeichen und das „CE“-Zeichen. „Daneben sollte man beim Kauf einer Sonnenbrille auf die Farbe der Gläser achten, eine braune oder graue Tönung ist ideal“, erklärt Prof. Holz. Gelbe und grüne Gläser beispielsweise verfälschen die Farben und insbesondere Signalfarben können nicht mehr richtig wahrgenommen werden. Der Schutz vor den schädlichen Strahlen ist allerdings nicht vom Tönungsgrad der Gläser abhängig, denn die Filterung findet im Material selbst statt. Die so genannte „Smoke-Beschichtung“ der Brillengläser reduziert rund 75 Prozent der UV-Strahlung und kann sowohl auf Mineralglas als auch auf Kunststoff aufgetragen werden. „Die Standardbeschichtung filtert das Sonnenlicht eigentlich ausreichend, Wassersportlern und Gletscherwanderer sollten allerdings eine Laser-Beschichtung wählen, denn diese absorbiert fast 90 Prozent des Sonnenlichtes“, sagt Prof. Holz.



BERUFSVERBAND DER AUGENÄRZTE DEUTSCHLAND E.V.

Wichtig ist immer, dass das Glas geschliffen ist, denn dann bilden sich keine Schlieren oder Blasen, die zu Kopfschmerzen oder auch müden Augen führen können.

Auch Sonnenbrillen können sporttauglich sein

Sportbegeisterte und aktive Menschen mit einer Fehlsichtigkeit greifen häufig auf Kontaktlinsen zurück, weil sie mehr Bewegungsfreiheit bieten und ein uneingeschränktes Blickfeld. Kontaktlinsen mit UV-Schutz sind bei ausreichendem Durchmesser eine einfache Methode, die Hornhaut, die Peripherie und die inneren Strukturen des Auges vor UV-Strahlung zu schützen. „Wir raten dem Patienten trotzdem, gleichzeitig zu den Kontaktlinsen immer auch eine Sonnenbrille zu tragen, da nur so ein ausreichender Schutz für die Augen gewährleistet ist“, sagt Prof. Holz. Sportersonnenbrillen sollten Kunststoffgläser haben, weil diese deutlich leichter sind als mineralische Gläser. Durch die geringere Bruchgefahr bleibt auch das Verletzungsrisiko gering.

Weitere Fakten:

- Brillen fürs Autofahren sollten immer schmale Bügel haben, um den Seitenblick nicht zu behindern.
- Ebenfalls sind Sonnenbrillen mit Blau-Blockern erhältlich. Diese sind sinnvoll, da intensives Blau-Licht die Netzhaut des Auges schädigen kann.
- Keine Sonnenbrille ist dazu geeignet, direkt in die Sonne zu schauen. Dafür gibt es die Sonnenfinsternis-Brille, die eine Absorption von 99,999% hat.
- Kinder sind besonders empfindlich gegen Schäden durch UV-Strahlung, es ist daher darauf zu achten, dass sie im Schatten spielen und trotzdem zum Schutz ein Hütchen tragen und unter besonderen Umständen (Meer, Gebirge) auch eine Sonnenbrille.
- Bei direktem Blick in die Sonne oder auch auf das vom Wasser reflektierte Licht kann die Makula, also die Stelle des schärfsten Sehens, langfristig unwiederbringlich geschädigt werden. Besonders gefährlich ist es, wenn man durch ein Fernglas ins gleißende Licht schaut.
- Harmloser, aber schmerzhaft ist der „Sonnenbrand der Augen“, auch Schneeblindheit oder (bei UV-Strahlung beim Schweißen) Verblitzung genannt, bei dem sowohl die Horn- als auch die Bindehaut betroffen ist.

Weitere Informationen über Auge und Sehen: www.augeninfo.de

Herausgeber:

Berufsverband der Augenärzte e.V. (BVA)
Tersteegenstr. 12
40474 Düsseldorf
E-Mail: presse@augeninfo.de

Pressekontakt:

Medical Consulting Group
Evamarie Pitz/Christiane Schrix
Mörsenbroicher Weg 200
40470 Düsseldorf
Tel.: 0211 / 51 60 45-132/-181
Fax: 0211 / 635 63 62
E-Mail: evamarie.pitz@medical-consulting.de
christiane.schrix@medical-consulting.de