

Pressemitteilung
Medizin / Gesundheit / Augenheilkunde

Den Durchblick behalten – Kurzsichtigkeit bremsen

Augenärzte informieren: Myopie entsteht meist in der Kindheit

Düsseldorf 21.05.2019 – Der weltweite Trend einer Zunahme der Kurzsichtigkeit lässt sich für Deutschland bisher nicht belegen. Doch der Trend zu vermehrter Naharbeit könnte in den kommenden Jahren auch hierzulande dazu führen, dass mehr Kinder kurzsichtig werden. Prof. Dr. Wolf Lagrèze und Prof. Dr. Bernd Bertram, 1. Vorsitzender des Berufsverbands der Augenärzte Deutschlands (BVA) erläutern, wie Eltern dazu beitragen können, dass ihre Kinder den Durchblick behalten.

Es ist relativ einfach: Kinder sollten sich täglich mindestens zwei Stunden bei Tageslicht im Freien aufhalten. Dann sinkt das Risiko, dass sie kurzsichtig werden, um die Hälfte. Naharbeit – längeres konzentriertes Schauen auf ein Objekt in einem Abstand unter 30 cm – fördert dagegen die Kurzsichtigkeit. Eltern sollten deshalb unter anderem kritisch im Blick behalten, wie lange ihre Kinder sich mit Smartphones, Tablets und Computern beschäftigen. Wissenschaftlich fundierte „Grenzwerte“, wie lange pro Tag Kinder welchen Alters höchstens auf solche Bildschirme schauen sollten, gibt es nicht. Aber Augenärzte sehen es mit Sorge, wenn sich schon Kleinkinder mit diesen Geräten befassen. Je jünger ein Kind ist, desto kürzer sollte die Zeit sein, die es mit Naharbeit verbringt.

Warum wird das Auge kurzsichtig?

Das „normale“ menschliche Auge ist etwa 24 mm lang. Ein längerer Augapfel ist kurzsichtig (myop) – schon ein Millimeter mehr macht einen Sehfehler von 2,7 Dioptrien aus. Beim Schauen in die Ferne werden die ins Auge fallenden Lichtstrahlen dann nicht mehr auf der Netzhautebene fokussiert, sondern davor. In Deutschland sind etwa 15 Prozent aller Kinder am Ende der Grundschulzeit kurzsichtig, im Alter von 25 Jahren sind dann 45 Prozent aller Menschen betroffen. Dabei ist die Rate in den letzten 15 Jahren gleich geblieben: Der Anteil der Brillen, die Kindern und Jugendlichen wegen einer Kurzsichtigkeit verordnet wurden, ist nicht gestiegen. Von einer „Epidemie der Kurzsichtigkeit“ kann also bisher keine Rede sein. Doch Prof. Lagrèze und Prof. Bertram empfehlen Eltern, das Sehvermögen ihrer Kinder im Auge zu haben.

Herausgeber:

Berufsverband der Augenärzte Deutschlands e.V.
Tersteegenstr. 12 · 40474 Düsseldorf

Pressekontakt:

Berufsverband der Augenärzte Deutschlands e.V.
Tersteegenstr. 12 · 40474 Düsseldorf

Telefon +49 (0) 211 / 430 37 00 presse@augeninfo.de
Telefax +49 (0) 211 / 430 37 20 www.augeninfo.de

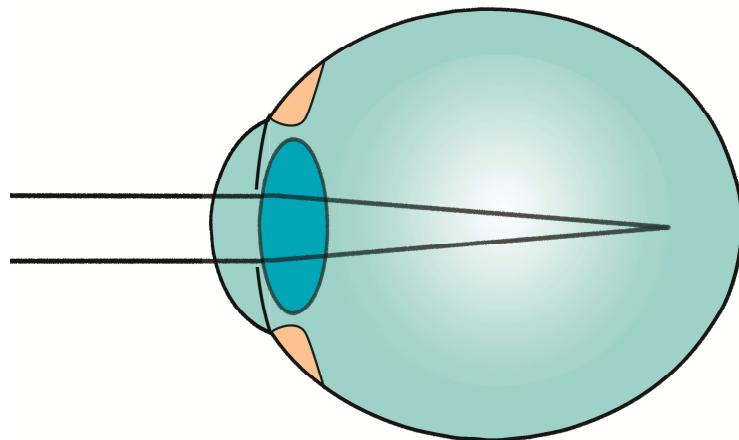
Umweltfaktoren und Veranlagung

In der Kindheit wächst das Auge, dabei spielen sowohl vererbte Anlagen eine Rolle als auch Umweltfaktoren. Tageslicht hemmt das Wachstum des Augapfels, andauernde Naharbeit fördert es dagegen. Wenn Augen in der Kindheit „zu sehr“ wachsen, werden sie kurzsichtig – und das lässt sich dann später im Leben nicht mehr rückgängig machen. Eine starke Myopie von etwa sechs Dioptrien oder mehr birgt zudem weitere Gefahren: Im Laufe des Lebens können Folgekrankheiten entstehen, die das Sehvermögen ernsthaft bedrohen. Deshalb ist es ratsam, die Entstehung der Kurzsichtigkeit zu verhindern oder doch zumindest zu bremsen, erläutern Prof. Lagrèze und Prof. Bertram.

Aktuelle Stellungnahme

Wenn ein Kind kurzsichtiger wird, dann können Augenärzte mit verschiedenen Maßnahmen ihre Zunahme bremsen, so dass der Sehfehler möglichst klein bleibt. Dafür stehen neben der Beeinflussung der Umweltfaktoren Augentropfen, die niedrig dosiertes Atropin enthalten, und spezielle Kontaktlinsen zur Verfügung. In einer aktuellen Stellungnahme haben der Berufsverband der Augenärzte Deutschlands (BVA) und die Deutsche Ophthalmologische Gesellschaft (DOG) ihre Empfehlungen zu diesem Thema zusammengefasst. Federführender Autor dieser Stellungnahme, die [hier](#) zum Herunterladen bereitsteht, ist Prof. Lagrèze.

Eine schematische Darstellung eines kurzsichtigen Auges steht [hier](#) zum Download bereit.



Weitere Informationen zum Thema Auge und Sehen inklusive Bild- und Statistikdatenbank:

<https://augeninfo.de/cms/hauptmenu/presse/aktuelle-presseinfo.html>