

Die Selbsterfahrung im Auge

Mit den Jahren wird das Augenlicht schwächer. Das wollen viele nicht wahrhaben und fahren nicht selten halb blind durch die Gegend. Dabei ist gute Sicht nirgendwo so wichtig wie im Verkehr oder auch auf der Skipiste. Denn: Schlecht sehen gefährdet Leben.

Karin Pollack

Wien – Menschen sind anpassungsfähige Wesen und besonders gut darin, sich an missliche Situationen zu gewöhnen. Ziemlich oft werden diese so normal, dass man sie nicht einmal mehr merkt. Das beste Beispiel: Fehlsichtigkeit. „Ab dem 45. Lebensjahr wird praktisch bei jedem die Linse im Auge träge“, sagt Martin Rubey, Augenarzt in Wien, und meint die Altersweitsichtigkeit. Und weil dieser Prozess schleichend ist, seien sich die Menschen dieses Abbauprozesses oft gar nicht bewusst. In einem gewohnten Umfeld fällt das schlecht Sehen vielleicht gar nicht auf. Allein: Wer in Skiurlaub fährt, sich mit hoher Geschwindigkeit über steile Pisten schwingt und zum Abbremsen immer wieder Entfernungen einschätzen sollte, täte gut daran, im Vollbesitz seiner Sehfähigkeit zu sein. „Wenn die Augen unterschiedlich gut sehen, leidet die räumliche Wahrnehmung, wenn dann auch noch Schneetreiben oder Nebel und dann noch ein Jagatee dazukommen, ist das richtig gefährlich“, sagt Optikermeister Christoph Rauter, der sich mit seinem Institut Sehkraft auf Sehbehelfe für Sportler spezialisiert hat.

In Österreich passieren mehr als 50.000 Skiunfälle in jeder Wintersaison, Rauter ist überzeugt, dass ein Großteil davon auf Wahr-

und damit deren Fehlsichtigkeit zurückzuführen ist, mit seiner These stützt er sich auf Zahlen des Deutschen Skiverbands. In Österreich wurde dieser Zusammenhang bisher nicht untersucht. Mehr als die Hälfte der Österreicher und Österreicherinnen tragen Brillen. 3,4 Millionen fahren Ski, und wer Kontaktlinsen nicht gewöhnt ist, hat ein Problem auf der Piste, weil Brille über Skibrille eine wenig komfortable Variante ist. Viele Brillenträger hätten optische Sonnenbrillen und führen auch im Schneetreiben abgedunkelt, weiß Rauter von seinen Kunden. Doch Sonnenbrillen und Skihelme – sie haben sich auf Österreichs Pisten in den letzten Jahren durchgesetzt – funktionieren auch nicht.

Skibrille mit Dioptrien

Optiker Rauter jedenfalls hat eine Methode entwickelt, mit der optische Gläser in jede beliebige Skibrille eingebaut werden können. „Die optischen Gläser sind in die hintere Scheibe integriert, damit beschlägt sie auch nicht“, erklärt Rauter, der ein Patent für diese Technik hält. Was er aus Erfahrung noch weiß: Viele Kontaktlinsenträger haben in der trockenen Luft der Berge Probleme. „Wer konzentriert ist, blinzelt kaum, das lässt die Augen schnell trocken werden, damit kämpfen viele Kontaktlinsenträger im Skiurlaub.“ Von Gleitsichtlösungen rät Rauter beim Sport eher ab, „außer jemand will alle zehn Minuten auf den Höhenmesser oder die Uhr schauen“.

Nicht nur auf der Piste, sondern auch beim Autofahren kann schlechtes Sehen zu Unfällen führen. Optiker Robert Verner vom Zeiss Vision System Store in Wien ist schon sehr gespannt auf die Ergebnisse einer Studie, die der deutsche Zeiss-Konzern zusammen mit der Semmelweislinik in Budapest durchführt. Untersucht werden Menschen, die Autounfälle hatten, um herauszufinden, ob

schlechtes Sehen dabei ein Faktor war. „Fehlsichtigkeit schränkt das Gesichtsfeld ein, das wirkt sich besonders ungünstig beim Rechtslinks-Schauen aus“, sagt Verner, der in seinem Geschäft mit vier unterschiedlichen Hightech-Messgeräten die Sehkraft der Kunden genau analysiert.

Das eigene Auge sehen

Sogar ein Bild des eigenen Auges wird mit einer Netzhautkamera erstellt. Das sieht aus wie ein hellroter Mond mit Tälern und Schluchten, dabei sind es das eigene Gewebe und die eigenen Blutgefäße, deren Verlauf und Kreuzungen bei jedem Menschen einzigartig sind. „Diese Bilder sind so individuell wie ein Fingerabdruck“, sagt Verner, der die Dioptrien mit Wellenfronttechnologie aus der Weltraumforschung



Foto: AP / Luca Bruno

Beim Skifahren extrem wichtig: Nur wenn beide Augen gut sehen, werden Entfernungen auch richtig eingeschätzt.

auf Hundertstel genau eruieren kann. Er misst auch den Augen- druck – und schickt Kunden mit abweichenden Werten sofort zum Augenarzt. Auch Kopfweh sei nicht selten durch Fehlsichtigkeit verursacht, sagt Verner. Beim Sehen seien sechs Augenmuskeln

ständig aktiv, auch sie könnten sich verspannen.

Was für Menschen ab dem 45. Lebensjahr zunehmend eine Herausforderung ist, ist das Sehen bei schlechtem Licht. Nachtmyopie ist der Fachbegriff. „Wenn es dunkel wird, werden die Pupillen grö-

ßer, die Tiefenschärfe wird geringer und damit sieht man schlechter“, sagt Augenarzt Rubey und untertags ist das nicht der Fall.

Maßgeschneiderte Brille

Optikermeister Robert Verner sieht in den Varianten von Fehlsichtigkeit eine Herausforderung, die er mit „maßgeschneiderten Sehbehelfen“ wettmachen will. „Viele meiner Kunden tragen ihre Brillen ungern, weil sie irgendwo drücken“, sagt er und stellt diesem Missstand maßgeschneiderte Lösungen entgegen. Auf Basis seiner Augenvermessung passt er die Form der Brille, die Bügel, die Bügelgelenke und den Nasensteg an die Anatomie des Gesichts an. „Es ist auch ein Unterschied, ob jemand Musiker ist und Noten vom Blatt lesen muss oder ob jemand eine Brille nur beim Autofahren braucht.“

Bei der Fehlsichtigkeit geht es beiden Optikern auch um sich selbst. Fehlsichtigkeit gefährdet andere: auf Pisten wie im Straßenverkehr.

www.visionsystemstore.at
www.sportoptiker.at