



Sehen Verstehen 16.10.2017

Brauche ich etwa eine Brille?

Manche sind noch ganz jung, andere trifft es erst mit Mitte 40. Wenn eine Sehschwäche auftritt, helfen individuell angepasste Brillengläser vom Fachmann, um wieder besser und entspannter sehen zu können.

Plötzlich ist sie da – die Sehschwäche. Sie macht sich ganz unterschiedlich bemerkbar. Manche sind nicht mehr in der Lage, Straßenschilder richtig und rechtzeitig zu erkennen. Andere müssen das Buch oder die Zeitung immer weiter weg halten, um die Buchstaben noch entziffern zu können. Kleine Kinder, aber auch Erwachsene fangen an zu blinzeln, um die Augen wieder scharf zu stellen. Jeder sollte sich spätestens dann die Frage stellen: Brauche ich etwa eine Brille? Häufig scheut man den ersten Gang zum Augenoptiker.

Wenn die Sehkraft nachlässt, hat das meist mit einem Nachlassen der so genannten Akkommodation zu tun. Dabei handelt es sich um das Scharfstellsystem der Augen. Eine Sehschwäche kann zwar auch andere Ursachen wie Durchblutungsstörungen oder Krankheiten haben und evtl. nur vorübergehend auftreten. Dennoch gilt: möglichst schnell einen Augenoptiker aufsuchen und einen – meist kostenlosen – Sehtest machen lassen. Das dauert nur ein paar Minuten und bringt Gewissheit. Bei einer nicht durch eine Brille korrigierten Sehschwäche muss das Auge diese ständig korrigieren. Die Augen ermüden, das Sicherheitsrisiko steigt.

Unfallgefahr durch Kurzsichtigkeit

In vielen Fällen liegt eine augenbedingte Sehschwäche vor, wie etwa eine [> Kurzsichtigkeit](#) : Ursache ist ein zu großer Augapfel. Einfallende Lichtstrahlen treffen nicht mehr auf der Netzhaut ein, sondern bereits davor. Kurzsichtigkeit kann in jedem Alter auftreten. Typische Symptome sind:

- ✓ Ferne Gegenstände (Straßenschilder, Autokennzeichen) erscheinen unscharf.
- ✓ Beim Blick in die Weite kneift man die Augen zusammen, um schärfer zu sehen.

Schon eine vermeintlich nur schwach ausgeprägte Kurzsichtigkeit sollte möglichst schnell durch eine Brille ausgeglichen werden. Denn ein vermindertes Sehvermögen erhöht insbesondere das Unfallrisiko im Straßenverkehr deutlich. Untersuchungen haben gezeigt, dass Kurzsichtigkeit zu riskanten Überholmanövern verleitet, weil herannahende Autos zu spät gesehen werden. Studien zeigen: Es besteht eine große Diskrepanz zwischen Selbsteinschätzung des Sehvermögens und dem tatsächlichen Sehvermögen. Auch hier gilt: Ein Sehtest beim Optiker bringt schnelle Aufklärung, eine Brille verschafft wieder einen scharfen Durchblick – und selbstverständlich mehr Lebensqualität.

Der ZEISS Online-Seh-Check

Testen Sie Ihr Sehvermögen, Kontrast- und Farbsehen - schnell und einfach gleich hier!

Sehtest starten!

Sehchwächen bei Kindern

Wenn Kinder unter einer Sehschwäche leiden, sind die Erwachsenen gefragt. Denn [> unsere Kleinsten](#) bemerken es selbst nicht, dass ihre Augen eigentlich besser sehen müssten. Schade: Denn je jünger ein kleiner Patient ist, desto leichter kann eine Sehschwäche korrigiert werden. Die wichtigsten Alarmsignale sind:

- ✓ Schielen oder zwanghaftes Schiefhalten des Kopfes.
- ✓ Keine Reaktion oder eine übertriebene Reaktion auf Licht.
- ✓ Augenzittern oder auffallend große Augen.
- ✓ Ständiges Reiben der Augen.
- ✓ Vorbeigreifen oder Verdrehen der Augen.
- ✓ Häufiges Stolpern oder Stoßen.
- ✓ Keine Lust zum Lesen.
- ✓ Sich verschlechternde Schulnoten.
- ✓ Die Kinder wollen nicht mit anderen spielen.

Um eine Sehschwäche beim Nachwuchs möglichst schnell zu erkennen, haben Experten einen „spielerischen“ Sehtest entwickelt. Schon in den ersten Lebensmonaten kann so jeder ganz einfach testen, ob das Kind auf Lichtreflexe reagiert. Dreht es den Kopf, wenn Sie neben ihm eine Lampe an- und ausschalten? Wenn ja, ist alles in Ordnung. Ab sieben Monaten sollten Kinder Sie mit den Augen verfolgen. Was passiert, wenn Sie sich hinter einem Kissen, Märchenbuch oder Sofa verstecken, wenn Sie Ihr Kind rufen? Reagiert es, kann es auch gut sehen. Ab dem achten Monat sollte das Kind gezielt nach Gegenständen in seiner Nähe greifen können. Ist das Kind mit einem Jahr in der Lage, nach einem auf ihn zurollenden Ball zu greifen, ist ebenfalls alles in Ordnung. Wenn nicht, hilft der Kinderarzt schnell weiter.

Irgendwann trifft es jeden: Weit- bzw. Alterssichtigkeit

Ca. ab dem 45. Lebensjahr geht es in der Regel mit der [> Alterssichtigkeit](#) los. Im Gegensatz zur [> Weitsichtigkeit](#), die von den Symptomen her der Alterssichtigkeit ähnlich ist und bei der das Auge kleiner als bei Rechtssichtigen ist, verhärtet sich bei Altersweitsichtigen die Augenlinse. Die

Symptome: Lesen oder Schreiben strengt plötzlich an, und es dauert immer länger, bis sich die Augen von Nah- auf Fernsicht umstellen.

- ✓ Man muss die Zeitung weiter weg halten, um besser lesen zu können.
- ✓ Die Augen brennen oft.
- ✓ Es kommt zu Kopf- und Augenschmerzen.
- ✓ Man ist wesentlich schneller müde.

Auch hier gilt: Möglichst schnell einen Sehtest beim Optiker machen lassen, damit sich die Beschwerden nicht verschlimmern und ein entspanntes Sehen wieder gewährleistet ist.

Bei Alterssichtigkeit kommt entweder eine Lesebrille oder eine Gleitsichtbrille in Frage. Die Lesebrille ist nur für die Nähe geeignet und muss beim Blick in die Ferne abgesetzt werden. Bei Gleitsichtgläsern sind die Übergänge von Fernsicht zum Übergangsbereich und zur Nahsicht unsichtbar ins Glas eingeschliffen. Das erspart dem Brillenträger den ständigen Wechsel zwischen einer Fernbrille und einer Lesebrille. Man sollte sich ausführlich von einem Optiker beraten lassen, welche Brillengläser die beste Wahl sind. Das Sehen mit Gleitsichtgläsern erfordert manchmal ein wenig Übung. Je früher sie jedoch zum Einsatz kommen, desto leichter fällt die Eingewöhnung. Wem es aber nichts ausmacht, bei Naharbeiten die Brille zu wechseln, oder keine Fernbrille benötigt, kommt mit einer Lesebrille gut klar.

Achten Sie auf Qualität

Es gibt mittlerweile einfache Lesehilfen an Tankstellen oder auch in Supermärkten. Sie sind sehr billig und von daher natürlich auch verlockend. Doch Vorsicht: Fertiglesebrillen haben entscheidende Nachteile. Es entfällt nicht nur die so wichtige qualifizierte Messung beider Augen durch den Experten, die Brille kann auch nicht optimal angepasst werden. Bedenken Sie: Jedes Auge ist so individuell wie ein Fingerabdruck. Deshalb müssen Brillengläser millimetergenau auf die individuelle Pupillendistanz zentriert werden, die Fassung auf die jeweilige Kopfform des Trägers angepasst werden. Das kann nur der Augenoptiker leisten.

Außerdem steht ihm modernste Technik und hochwertigstes Material zur Verfügung. Etwa das [> i.Profiler-System und die i.Scription-Brillengläser](#). Der i.Profiler vermisst die Augen unabhängig voneinander, auch bei erweiterter Pupille, wie etwa beim Nachtsehen.

Diese Daten sind dann die Grundlage für die i.Scription-Brillengläser. Die Folge: Die Sehleistung in der Nacht ist deutlich verbessert, Autofahrer sind sicherer unterwegs. Farben werden viel intensiver wahrgenommen, alle Seheindrücke sind schärfer und kontrastreicher. Ihre Augen werden es Ihnen danken.

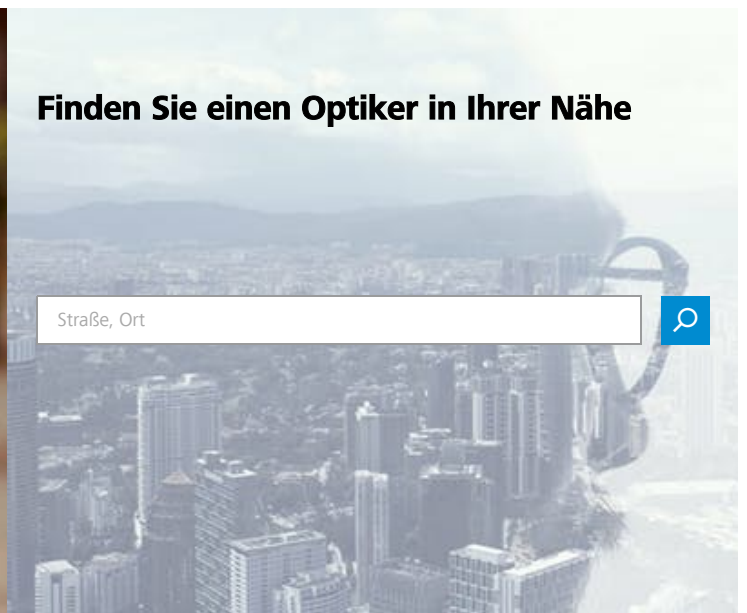
Mein Sehprofil

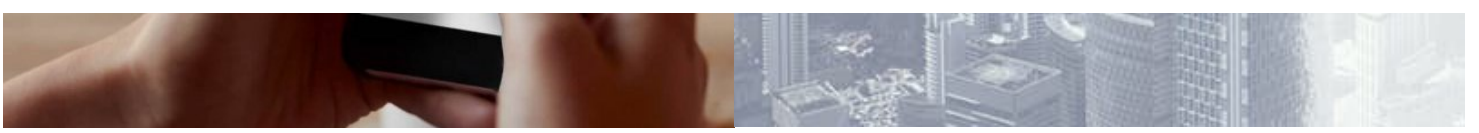
Ermitteln Sie Ihre persönlichen Sehgewohnheiten und bestimmen Sie Ihre individuelle Brillenglas-Lösung von ZEISS.

Bestimmen Sie jetzt Ihr Sehprofil!



Finden Sie einen Optiker in Ihrer Nähe





Verwandte Artikel



Sehprobleme und Sehschwächen erkennen

Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit, Astigmatismus & Co.: Welche Fehlsichtigkeiten gibt es, was hilft?

Sehen Verstehen 29.11.2017

Tags: Fernbrillen und Lesebrillen, Gleitsichtgläser



Die richtigen Brillengläser für optimale Sicht

Welches Brillenglas hilft bei welcher Sehschwäche?

Sehen Verstehen 23.11.2017

Tags: Fernbrillen und Lesebrillen, Gleitsichtgläser



Die Geschichte der Brille

Von ihren Anfängen als „Lesestein“ bis zum Lifestyle-Objekt

Sehen Verstehen 22.11.2017

Tags: Fernbrillen und Lesebrillen, Gleitsichtgläser



Kein Gesicht ist symmetrisch, kein Augenabstand ist gleich

Erst mit einer genauen und individuellen Anpassung in die Brillenfassung entfalten Brillengläser ihre volle Leistung

Sehen Verstehen 16.10.2017

Tags: Fernbrillen und Lesebrillen, Gleitsichtgläser

Empfohlene Produkte



ZEISS AdaptiveSun Sehlösungen

Intelligente Sonnenbrillengläser für wechselnde Lichtverhältnisse.

[Mehr erfahren](#)



Brillenglaszentrierung

Wussten Sie, dass Fehler bei der Anpassung der Brillengläser deren Leistungsfähigkeit um 40 % reduzieren können?

[Mehr erfahren](#)



Brillenglasbestimmung

Die subjektive Refraktion liefert die genauen Daten für Ihre Brillengläser.

[Mehr erfahren](#)



Mehr erfahren

Sehen verstehen
Gesundheit + Vorsorge
Lifestyle + Fashion
Autofahren + Mobilität
Sport + Freizeit
Arbeitswelt

Ihre Wahl - unsere Hilfe

Fernbrillen + Lesebrillen
Gleitsichtbrillen
Sonnenbrillen
Bildschirmbrillen
Sportbrillen
Kinderbrillen
Brillenglasveredelungen
Kontaktlinsen
Brillenreinigung
Beim Optiker

Serviceangebote

Testen Sie Ihr Sehprofil
Machen Sie den Online-Seh-Check
Das ist die ZEISS Seh-Analyse

Für Augenoptiker

Augen auf bei der Wahl Ihres Partners.
Instrumente + Technologien
ZEISS Brillengläser
ZEISS Reinigungslösungen
ZEISS Partner-Netz
VISUSTORE
ZEISS Academy Vision Care