



Sehen Verstehen 16.10.2017

## Unterschiedliche Messergebnisse beim Sehtest – wie kann das sein?

Oder: Wann und wie geht man am besten zum Sehtest?

**Häufig erreicht uns die Frage, warum Messergebnisse beim Sehtest – auch wenn sie kurz nacheinander gemessen wurden – sich unterscheiden können. Einige Aspekte können dazu beitragen, dass die sogenannte subjektive Refraktion unterschiedlich ausfallen kann. Wir sagen Ihnen, welche das sind und was Sie selbst für ein optimales Messergebnis tun können.**

### Die Verfassung unserer Augen

Da ist er wieder, der für viele unangenehme Gang zum Sehtest, der doch so wichtig ist. Verwundert ist man dann schon, wenn Messergebnisse, zwischen denen gar kein längerer Zeitraum lag, unterschiedlich sind. Lag es an einem selbst, am Augenoptiker oder hat sich das Sehvermögen binnen so kurzer Zeit verändert? Aber man ist damit kein Einzelfall. Viele Gründe können zu einem veränderten Sehergebnis führen. In der Regel handelt es sich dabei im Schnitt nur um ca. 0,25 Dioptrien, die bei der Brillenglasbestimmung nicht besonders ins Gewicht fallen. Ferner weiß auch der Augenoptiker um diese Schwankungen und kann mit ihnen umgehen.

Unser Auge ist über den Tag hinweg leichten Leistungsschwankungen unterworfen. Daran ist beispielsweise unser persönlicher Biorhythmus beteiligt. Wir sind nicht den gesamten Tag in gleichmäßiger Verfassung. So auch nicht unser Sehen. Eine Rolle spielt es ebenso, ob unser Hormon- oder Blutzuckerspiegel ausgeglichen ist. Ohne Frühstück zum Sehtest gehen kann das Refraktionsergebnis beeinflussen. Vielleicht haben wir zu wenig getrunken, denn unsere Augen brauchen auch Wasser.

Möglicherweise haben wir den ganzen Tag im Büro am Computer gearbeitet. Dabei blinzeln wir sehr wenig und befeuchten daher unsere Augen weniger mit Tränenflüssigkeit. Das kann zu trockeneren und angestregten Augen führen, die beim Sehtest einfach schlechter sehen.

## Unsere Tipps:

- Gehen Sie möglichst ausgeruht und entspannt zum Sehtest.
- Gehen Sie nicht nüchtern und durstig.
- Beachten Sie Ihren persönlichen Biorhythmus, und gehen Sie zu einem Zeitpunkt zum Augenoptiker, zu dem Sie sich fit und ausgeruht fühlen.

## Der ZEISS Online-Seh-Check

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

Sehtest starten!

## Die Situation beim Sehtest

Selbstverständlich spielt die Situation beim Sehtest selbst eine Rolle, wie brillant das Sehergebnis wird. Ein Sehtest zwischen Tür und Angel bringt sicherlich nicht so ein perfektes Ergebnis zustande wie ein Sehtest, für den Sie und der Augenoptiker sich ausreichend Zeit nehmen. Es handelt sich dabei um einen subjektiven Sehtest. Ihre Mitarbeit und die Kommunikation mit dem Augenoptiker sind von größter Bedeutung. Oft sind es die kleinen Dinge, die am Ende Ihre Brille besser oder schlechter ausfallen lassen. In hohem Maße beeinflussen die Güte der augenoptischen Geräte und die Ausbildung sowie die Erfahrung des Augenoptikers das Messergebnis.

Vielleicht für Sie verwunderlich: Selbst das Ambiente des Refraktionsraums beim Optiker wirkt auf das Messergebnis ein. Um eine konstante Prüfsituation zu haben, sollten Refraktionsräume ohne Tageslicht sein, damit schlechtes und sonniges Wetter keinen Einfluss auf das Messergebnis haben. Welches erzielt wird, hängt von der Größe der Pupille beim Sehtest ab, das leuchtet vielen Hobbyfotografen ein: Eine andere Blende verändert das Bild bezüglich Schärfe und Helligkeit. Viele Menschen sehen anders mit kleiner Pupille als mit weit geöffneter wie beim Sehen in dunkleren Sehsituationen. Soll beispielsweise die Sehfähigkeit bei Nacht und während schlechter Lichtverhältnisse gemessen werden, sollte dies in gedimmter Umgebung gezielt untersucht werden können.

## Unsere Tipps:

- Gehen Sie nicht ohne Termin nur mal zwischendurch zum Sehtest. Sie und Ihr Augenoptiker sollten sich ausreichend Zeit nehmen. Bei ZEISS rechnet man für die komplette Sehanalyse inkl. Beratung etwa eine Stunde.
- Sie sollten [› Vertrauen zu Ihrem Optiker](#) haben und sich gut aufgehoben fühlen.
- Achten Sie darauf, wie die Refraktion durchgeführt wird. Ist beispielsweise der Refraktionsraum unbeeinflusst von Tageslicht?

## Einflüsse, die wirklich zu falschen Ergebnissen führen können:

1. Kontaktlinsenträger sollten 24 Stunden vor dem Sehtest statt der Kontaktlinsen ihre Brille tragen. Denn Kontaktlinsen beeinflussen die Geometrie der Hornhaut und somit die Sehleistung beim Sehtest.

2. Schwankende Sehleistung tritt häufig im Zusammenhang mit der Einnahme von Medikamenten als Nebenwirkung auf. Beispielsweise kann der Tränenfluss beeinflusst werden. Das Auge wird trockener, und das Sehen kann angestrengter sein.
3. Bekannt ist außerdem, dass Diabetes größere Schwankungen in der Sehleistung über den Tag hinweg hervorrufen kann. Empfohlen wird bei Diabetikern, mehrere Messungen zu unterschiedlichen Tageszeiten durchführen zu lassen und möglicherweise den Augenarzt hinzuzuziehen.

### Unsere Tipps:

- Wenn der Optiker nicht aktiv nachfragt, informieren Sie ihn bezüglich der Einnahme von Medikamenten, die Sie regelmäßig nehmen, oder über dauerhafte Krankheiten wie Diabetes.
- Bringen Sie zum Sehtest Ihre alte Brille, Kontaktlinsen und den Brillenpass, sofern vorhanden, mit.
- Wenn Sie das erste Mal bei einem Augenoptiker sind, erzählen Sie ihm, womit Sie in der Vergangenheit mit Ihrer Brille zufrieden waren, was gut funktioniert hat und insbesondere, was weniger gut funktioniert hat. Das intensive Gespräch mit Ihrem Optiker beeinflusst nachhaltig den Erfolg der neuen Brille.

## Objektive Refraktion

Jetzt werden sich viele fragen: Muss es denn immer der klassische Sehtest (d.h. die subjektive Refraktion) sein, wenn dieser zu Ungenauigkeiten führen kann? Am Ende schon, denn es ist wichtig, dass der Optiker zur Brillenglasbestimmung individuell und wahrhaftig den Seheindruck mit den unterschiedlichen Messgläsern prüft. Ferner wird bei der subjektiven Refraktion überprüft, wie die  [> Augen im Zusammenspiel arbeiten und mit der neuen Brille sehen werden.](#)

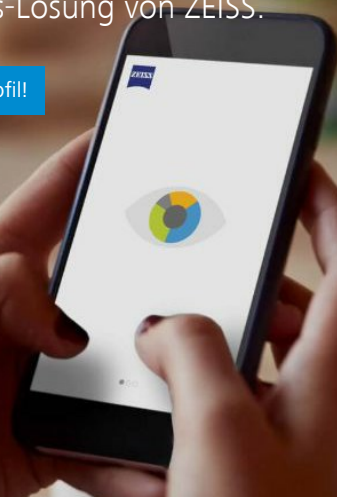
Dennoch gibt es augenoptische Instrumente, wie den ZEISS i.Profiler®plus, mit denen zuvor eine objektive Refraktion durchgeführt werden kann. Damit wird Auge für Auge das Sehprofil in kurzer Zeit via Wellenfronttechnologie mit 1.500 Messpunkten analysiert und quasi eine „Landkarte“ der Netzhaut beider Augen erstellt. Dabei ist die Mithilfe nicht erforderlich. Man schaut ganz entspannt kurze Zeit in den i.Profiler®plus. Dies ist eine vorbereitende Messung, die der Optiker in die nachfolgende subjektive Refraktion übernimmt und die Werte verfeinert.

Doch nicht nur das: Da der i.Profiler®plus sowohl das Sehen mit kleiner Pupille (bei hellem Licht) und mit großer Pupille (bei Dämmerung oder Dunkelheit) misst, kann erkannt werden, ob beispielsweise  [> das Nachtsehen](#) schlechter als das Tagsehen sein kann. Entsprechend kann der Augenoptiker dieses Wissen nutzen, um entsprechende Optimierungen in die Brillengläser einarbeiten zu lassen. Ein schöner Nebeneffekt: Die Prüfungszeit beim Sehtest kann sich reduzieren.

### Mein Sehprofil

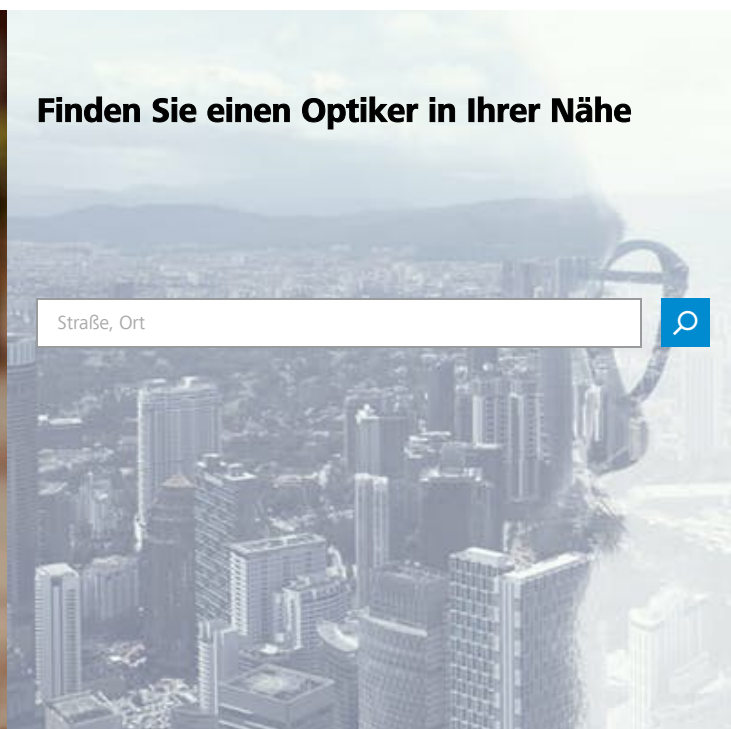
Ermitteln Sie Ihre persönlichen Sehgewohnheiten und bestimmen Sie Ihre individuelle Brillenglas-Lösung von ZEISS.

Bestimmen Sie jetzt Ihr Sehprofil!



### Finden Sie einen Optiker in Ihrer Nähe

Straße, Ort



## Verwandte Artikel



### Das Geheimnis des perfekten Brillenglasdesigns

Jede Menge Erfahrung, Mathematik und das genaue Wissen über den Brillenträger machen Brillengläser erst zum verlässlichen Partner

[Sehen Verstehen](#) 16.10.2017  
Tags: Bei Ihrem Augenoptiker



### Brillengläser aus Kunststoff oder Glas

Welches Material für wen? Wer sich im Vorfeld schlau macht, sieht besser

[Sehen Verstehen](#) 16.10.2017  
Tags: Bei Ihrem Augenoptiker



### Augenoptik heute: Wie sich die augenoptische Beratung im Laufe der letzten 10 Jahre verändert hat

Volker Meyer und Heinrich Rath von der Fachhochschule Aalen im Gespräch mit BESSER SEHEN

[Sehen Verstehen](#) 16.10.2017  
Tags: Bei Ihrem Augenoptiker



### Vergrößernde Sehhilfen im Beruf: Wenn besser sehen nicht gut genug ist

ZEISS Präzisions-Lupenbrillen für alle, die in ihrem Beruf ein Auge für jedes Detail haben müssen

[Sehen Verstehen](#) 16.10.2017  
Tags: Bei Ihrem Augenoptiker, Vergrößernde Sehhilfen

## 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