Lokales/Chronik/Gesundheit/Leben
Kontaktlinsen und Hörgeräte gut durch die Hitze bringen

St.Pölten, am 27.07.2022

Richtige Pflege von unsichtbaren Helfern

Kontaktlinsen und Hörgeräte gut durch die Sommerhitze bringen

Kleine Helfer im Alltag wie Kontaktlinsen und Hörgeräte brauchen im Sommer ein wenig aufmerksame Pflege. Darauf weist die Niederösterreichische Landesinnung der Augenoptiker und Hörakustiker hin. Ein paar Tipps im Umgang mit den Linsen können Reizungen oder Schädigungen der Augen vermeiden. Richtige Aufbewahrung und ein wenig Wartung brauchen auch die mittlerweile fast unsichtbare Hörbehelfe, damit sie ihre Träger*innen gut durch den Sommer begleiten.

Zehn Prozent der Österreicher*innen tragen mittlerweile Kontaktlinsen – der Zuwachs beträgt für die vergangenen drei Jahre (2018 bis 2021) zwei Prozent, wie die aktuelle Spectra-Analyse über den Markt für Sehbehelfe in Österreich ausweist. Gerade im Sommer sind Linsen beliebt, weil sie unkompliziert bei Outdoor-Spaß und Sport für gute Sicht sorgen. Aufgrund der erhöhten Sonnenbestrahlung in den Sommermonaten ist es ratsam, Kontaktlinsen mit UV-Schutz einzusetzen. Sie bedecken allerdings nur einen kleinen Teil der Augen, weshalb es trotzdem immer wieder zusätzlich eine Sonnenbrille zum erweiterten Schutz gegen schädliche Lichteinflüsse braucht.

Tageslinsen sind hygienisch

Speziell beim Schwimmen und Tauchen oder am Sandstrand sind Tageslinsen die hygienischste Variante, weil sie nach dem Tragen oder falls sich Sandkörner verkleben sollten, dann gleich entsorgt werden. Markus Gschweidl, Niederösterreichischer Landesinnungsmeister der Augenoptiker und Hörakustiker: „Auch Meer- oder Chlorwasser dringen in weiche Kontaktlinsen ein, die ja aus wasserhaltigem Silikon oder Hydrogel bestehen. Da die Tageslinsen aber täglich entsorgt werden, stellen auch diese Verunreinigungen keine Gefahr für die Augen da.“ Generell empfiehlt es sich, beim Schwimmen und Tauchen eine Schwimmbrille zu tragen bzw. die Haftschalen immer nach Wasserkontakt – egal ob Meer, See oder Schwimmbad – mit Wasserstoffperoxid zu desinfizieren.

Kein Schmelzen bei heißem Luftzug

Übrigens machen höhere Temperaturen Kontaktlinsen selber nichts aus – sie können nicht schmelzen. Der Schmelzpunkt der Kunststoffe liegt bei über hundert Grad. Solange sie also in den Augen sitzen, können sie auch durch heiße Luft keinen Schaden nehmen. Allerdings könnten die Augen trocken werden. Dagegen hilft regelmäßiges Eintropfen und viel trinken. Weder Kontaktlinsen als auch Reinigungslösung brauchen auch nicht im Kühlschrank gelagert zu werden. Raumtemperatur ist optimal.

Aufpassen bei Hitze und Hörgeräten
Hörgeräte sind ideale Reisebegleiter, schon aufgrund der vielen Zusatzfunktionen, die sie mittlerweile im Kommunikationsbereich bieten: Sie dienen als Kopfhörer fürs Handy, können über Sprachsteuerung bedient werden, fungieren als Übersetzer der gehörten Fremdsprache und fangen beispielsweise im Restaurant sogar das Gespräch am Nebentisch ein – alles eine Frage der Anwendung. Wenn es heiß ist, sollten sie übrigens weitgehend im Ohr bleiben – außerhalb droht ihnen Schaden. Die High-Tech-Elektronik der kleinen Helfer ist empfindlich gegenüber Hitze. Um einwandfrei zu funktionieren, sollten sie niemals in der prallen Sonne liegen oder im Auto aufbewahrt werden.

Das Ohr ist der optimale Platz
Es ist kein Problem, sich mit dem Hörgerät im Ohr länger in der Sonne aufzuhalten, wenn man sich normal bewegt. Der Organismus sorgt ohnehin für eine ausgeglichene Körpertemperatur und damit kann ein Hörgerät optimal arbeiten. Mit dem Hörgerät zu tauchen oder zu schwimmen ist meist nicht so gut möglich – wasserdichte Geräte sind das eher nur unter Laborbedingungen. Die Wirkung von Chlor- oder Meerwasser kann ihnen durchaus schaden. Markus Gschweidl rät: „Ein rechtzeitiger Servicetermin beim Hörakustiker im Sommer sollte immer genützt werden, um sich Tipps zum Umgang mit dem Hörgerät an der jeweiligen Urlaubsdestination zu holen.“ Generell ist es wichtig, ein Hörgerät zwischendurch zu trocknen. Bei hohen Temperaturen kann sich nämlich zwischen dem Gerät und dem Gehörgang leicht einmal Schweiß ansammeln. Dafür reicht Herausnehmen und Abtupfen oder man verwendet einen speziellen Hörgeräte-Trockner.

Vorsicht beim Einschmieren
Sonnencremekontakt ist sowohl für Hörakustik als auch für Kontaktlinsen nicht empfehlenswert. Von den Linsen wird die Creme zwar mit Reinigungslösung abgespült, aber sie kann einen Schleier in den Augen verursachen. Im Hörgerät hingegen verstopfen leicht die winzigen Lautsprecher und Mikrofonanschlüsse und zusätzlich könnten die chemischen Substanzen für Korrosion sorgen. Mit ein wenig Aufmerksamkeit und Beratung steht jedoch sommerlichem Vergnügen sowohl mit Seh- als auch Hörbehelfen nichts mehr im Weg.

Pressestelle der Bundesinnung/Rückfragehinweis:
Doris Lenhardt
Himmelhoch Text, PR & Event
0650/4002781
doris.lenhardt@himmelhoch.at