

23. April: Tag der Brille

## **Wann ist es Zeit für eine neue Brille?**

**Manche gönnen sich jedes Jahr eine Neue, andere setzen jahrelang auf das gleiche Modell. Die Frage, ob es Zeit für eine neue Sehhilfe ist, hängt nicht nur von modischen Vorlieben ab. Zum Tag der Brille am 23.4. informieren die Niederösterreichischen Augenoptiker/Optometrissen, woran man erkennt, dass es Zeit für Veränderung ist, und wie oft man dem Optiker einen Besuch abstatten sollte.**

Die Mehrheit der Österreicher, 59 Prozent, braucht eine Sehhilfe. Allerdings ist der letzte Brillenkauf bei 44 Prozent mittlerweile schon zwei bis drei Jahre her, wie die Spectra-Analyse 2021 ergab. Der Tag der Brille am 23. April könnte ein guter Anstoß für einen Besuch beim Fachoptiker sein. Landesinnungsmeister Markus Gschweidl: „Veränderungen bei der Sehschärfe beeinflussen nicht nur das persönliche Wohlbefinden, sondern sind auch ein entscheidender Faktor, wenn es um die Unfallgefahr im Alltag geht.“ Dazu gehört etwa die Sicherheit beim Autofahren oder Sport. Manchmal merkt man es auch an der Leistungsfähigkeit bei der Arbeit oder in der Schule.

### **Wie merke ich Sehverschlechterungen?**

Anzeichen, die auf veränderte Dioptrienwerte hinweisen, sind müde, brennende Augen, Kopfweg oder auch Schwindelgefühle. Eine sich verschlechternde Kurzsichtigkeit zeigt sich, wenn man Menschen, die weit weg sind, nur mehr als Silhouette erkennt. Typisch ist dann das „Augen zusammenzwicken“. Wenn man hingegen Gegenstände immer weiter weghält, um sie scharf zu sehen, ist das ein Zeichen für eine zunehmende Weitsichtigkeit, wie sie sich vor allem im Alter bemerkbar macht. „Oft hat eine Überanstrengung der Augen aber auch nichts mit einer Sehstärkeveränderung zu tun, etwa wenn man den ganzen Tag vor dem Computer sitzt. Hier kann man mit speziellen Bildschirmbrillen mit Blaulichtfilter und Blendschutz entgegenwirken“, so der Experte.

### **Symptome bei Kindern nicht unterschätzen**

Bei Kindern ist besondere Aufmerksamkeit geboten, wenn sie schielen, ihre Augen zittern, sie den Kopf stark drehen, oft die Augen reiben oder beim Versuch, etwas zu nehmen, danebengreifen. Sogar hinter Problemen in der Schule könnte eine Sehschwäche stecken. Zeitgerecht auf eine Brille zu setzen, kann Entwicklungsverzögerungen rechtzeitig stoppen. Mittlerweile gibt es sogar spezielle Brillengläser, die das Fortschreiten der Kurzsichtigkeit bei Kindern einbremsen.

Apropos Brillengläser: Manchmal liegt der Grund für Sehprobleme nicht an einer Verschlechterung der Augen, sondern ganz einfach an Gebrauchsspuren auf den Gläsern. Durch Abnutzung oder unsachgemäße Reinigung können diese zerkratzen oder die Oberflächenbeschichtung löst sich und man sieht nur noch unscharf.

### **1 x im Jahr zum Check**

„Einmal im Jahr sollte der Besuch beim Augenoptiker/Optomtristen ein Fixpunkt im Kalender sein. Nicht nur für den jährlichen Sehcheck, sondern auch, um die bestehende Brille nachjustieren und wieder richtig einzustellen“, erklärt Markus Gschweidl. Ein Sehtest zeigt Veränderungen und bei Auffälligkeiten schickt der Fachoptiker weiter zum Augenarzt. Grundsätzlich ist eine Veränderung von 0,25 Dioptrien im Jahr kein Grund zur Sorge. Ob man diese Zunahme/Abnahme bemerkt oder nicht, ist individuell sehr verschieden. Manche Brillenträger kommen mit derselben Sehhilfe zehn Jahre aus, bei anderen ist schon nach einem Jahr wieder ein Gläsertausch notwendig. Ab einer Sehverschlechterung von 0,5 Dioptrien ist jedenfalls eine neue Brille angesagt.

### **Komfort für alle Lebenslagen**

Das neue Brillenmodell wird auch von den Aktivitäten des Trägers bestimmt: Autofahrerbrillen erleichtern den häufigen Wechsel zwischen Fern- und Nahsehen, ergänzt um Polarisationsfilter und Kontraststeigerung. Jene, die gern am Computer zocken, finden eine spezielle Gaming-Brille, aber auch für Radfahrer gibt es eigene Sehhilfen, die vor Staub und Blendungen schützen. Für Ballsportler eignen sich bruchssichere, nahezu unkaputtbare Sportbrillen und auch für Schwimmer oder Taucher findet sich das richtige Modell. Landesinnungsmeister Markus Gschweidl: „Und wer trotz der großen Auswahl an der bestehenden Fassung hängt, dem tauscht der Optiker gerne einfach die passenden Gläser aus.“

### **Pressestelle der Bundesinnung/Rückfragehinweis:**

Katharina Hofer  
Himmelhoch GmbH  
0650/4458213  
katharina.hofer@himmelhoch.at