Ein Beispiel: Kind, 6 Jahre, Brille -1.0 dpt

Gerade am Anfang kann sich die Kurzsichtigkeit rasant entwickeln.
Studienergebnisse belegen jedoch, dass die Zunahme der Kurzsichtigkeit mit geeigneten Maßnahmen um etwa 30-50 % oder mehr reduziert werden kann.
Das könnte in unserem Beispiel zu folgenden Werten führen:

Alter	ohne spezielle Maßnahme	Reduktion um 30 %	Reduktion um 50 %
6 Jahre	- 1,00 dpt		
12 Jahre	bis zu - 4,80 dpt	bis zu - 3,70 dpt	bis zu - 2,90 dpt
16 Jahre	bis zu - 6,50 dpt	bis zu - 4,80 dpt	bis zu - 3,70 dpt

Quelle: http://calculator.brienholdenvision.org

Der positive Effekt zeigt sich deutlich.

Was können Sie als Eltern unterstützend tun?

- Vorbeugend können Sie dafür sorgen, dass Ihr Kind regelmäßig genügend Zeit (möglichst 2h pro Tag) im Freien bei hellem Tageslicht verbringt.
- Die Zeit mit Nahtätigkeit an Bildschirmen oder Displays lässt sich nur bedingt beeinflussen. Doch Sie können dafür Sorge tragen, dass Ihr Kind einen möglichst großen Abstand zum Bildschirm einhält.
- Grundsätzlich sollten Sie dafür sorgen, dass eine sehr gute Beleuchtung, besonders bei Naharbeiten, vorhanden ist.
- Animieren Sie Ihr Kind für Lernpausen. Wichtig dabei ist, dass die Entspannung mit dem Blick in die Ferne gekoppelt sein sollte.
- Sind Sie selbst bereits kurzsichtig, so ist bei Ihrem Kind eine frühzeitige Vorsorge und gute Betreuung durch den Augenoptiker, Kontaktlinsenspezialisten oder Augenarzt sehr wichtig.

Kurz-Check:

Ist Ihr Kind bereits kurzsichtig?	nein		ja
Braucht Ihr Kind regelmäßig stärkere Brillengläser	nein	ja - alle 2 Jahre	ja - jährlich oder häufiger
Wie viele Stunden verbringt Ihr Kind draußen bei hellem Tageslicht?	2h oder mehr	ca. 1,5h	1h oder weniger
Wie viele Stunden beschäftigt sich Ihr Kind mit Nahtätigkeiten wie Lesen, Nutzung von Tablet, Computer oder Smartphone?	1h oder weniger	ca. 1,5h	2h oder mehr
Ist die Mutter kurzsichtig?	nein		ja
Ist der Vater kurzsichtig?	nein		ja

Liegen die meisten Ihrer Antworten im gelben oder roten Bereich, so empfehlen wir eine Überprüfung der Augen Ihres Kindes. Gemeinsam mit Ihnen wird entschieden, ob Handlungsbedarf besteht.

Vereinbaren Sie einen Termin mit uns.
Wir beraten Sie gerne. Unverbindlich.

02283-2019-02-V1__246189O.SWF.online

Hecht Contactlinsen GmbH
Dorfstr. 2-4
79280 Au bei Freiburg
www.hecht-contactlinsen.de

HECHT
Sichtbar besser

HECHT
Sichtbar besser

Ist Ihr Kind kurzsichtig?

Was Eltern darüber wissen sollten...

Die Zunahme der Kurzsichtigkeit bei Kindern ist weltweit ein aktuelles Phänomen. Dafür gibt es verschiedene Ursachen.

- Forschungsergebnisse belegen, dass es relevant ist, wie viel Zeit ein Kind im Freien bei hellem Tageslicht verbringt.
- Zu viel Nahtätigkeit wie Lesen, Computernutzung, Tablet oder Smartphone gelten als Risikofaktor.
  Doch wer kann sich diesen Einflüssen entziehen?
- Sind Sie als Eltern kurzsichtig, ist es sehr wahrscheinlich, dass Ihr Kind ebenfalls kurzsichtig wird.

Und nun?

Kurzsichtigkeit - einmal vorhanden kann sie nicht wieder rückgängig gemacht werden.
Mit Brille oder Kontaktlinsen ist sie in aller Regel gut zu korrigieren – Ihr Kind sieht wieder scharf.
Somit ist das Thema doch erledigt, könnte man meinen.

Nicht ganz: Heute wissen wir, dass es ernst zu nehmende Risiken gibt, wenn sich die Kurzsichtigkeit stetig in kleinen oder großen Schritten weiterentwickelt.
Je schneller eine Kurzsichtigkeit fortschreitet und je höher diese endgültig wird, umso größer wird auch das Risiko für die Augengesundheit. Die Sehfähigkeit würde zum Beispiel stark beeinträchtigt, falls die Netzhaut geschädigt wird.
Deshalb: Es sollte alles getan werden, um das Fortschreiten der Kurzsichtigkeit zu reduzieren, um nicht in die höheren und somit gesundheitsgefährdenden Bereiche zu gelangen.

Welche Möglichkeiten gibt es, etwas gegen das Fortschreiten der Kurzsichtigkeit zu tun?

Grundsätzlich ist es ratsam, eine bestehende Kurzsichtigkeit komplett auszugleichen. Die Annahme, man könne durch den Verzicht einer Korrektion oder eine nicht vollständige Korrektion das Fortschreiten verhindern, hat sich als falsch erwiesen.

Um die ungünstige Fortentwicklung der Kurzsichtigkeit zu verlangsamen, gibt es verschiedene erprobte und anerkannte Methoden:

Kontaktlinsen

- Speziell konzipierte formstabile oder weiche Kontaktlinsen (z.B. my**LIFE** von HECHT Contactlinsen)
- Nachtlinsen (Orthokeratologie; z.B. my**LIFE** see**free**® von HECHT Contactlinsen)

Pharmakologisch

- Therapie mit Atropin (Augenarzt)

Untersuchungen mit speziellen Brillengläsern wurden bisher nur im asiatischen Raum durchgeführt. Bislang jedoch mit geringem Erfolg.

Welche Maßnahme ist für Ihr Kind die richtige?

Zusammen mit Ihrem Augenoptiker, Kontaktlinsenspezialisten oder Augenarzt entscheiden Sie, welches System passend ist. Die Voraussetzungen für jedes Kind sind ganz individuell und sollten immer berücksichtigt werden. Gerade die Versorgung von Kinderaugen erfordert eine besondere Sorgfalt.

Ab welchem Alter sollten Sie handeln?

Grundsätzlich gilt: Je früher, desto besser!

Praxiserfahrungen zeigen, dass bereits im Alter von 5 Jahren begonnen werden kann.
Kinder im Kindergartenalter sind in der Regel noch leicht weitsichtig oder rechtsichtig. Ist ein Kind jedoch bereits kurzsichtig, so ist es empfehlenswert, dies untersuchen zu lassen und eine optische Korrektur vorzunehmen.
Je früher die Kurzsichtigkeit im Kindesalter beginnt, umso stärker ist diese in der Regel im Erwachsenenalter ausgeprägt.

Spätestens mit dem Schuleintritt sollte eine fachgerechte Untersuchung erfolgen, um zu klären, ob eine Fehlsichtigkeit vorliegt.

Es ist bekannt, dass Kurzsichtigkeit im Alter zwischen 6 und 15 Jahren am schnellsten fortschreitet.
Daher ist es wichtig, frühzeitig zu handeln, um möglichst kritische Werte erst gar nicht zu erreichen.

Durch gezielte Maßnahmen stehen die Chancen gut, ein eventuelles Fortschreiten der Kurzsichtigkeit bis ins Erwachsenenalter zu verlangsamen.