



## Unwissen tut weh: Wer mit Kontaktlinsen spielt, verspielt ihre Vorteile

Von Kerstin Kruschinski

Erstellt am 21 Feb 2012 - 13:35

Berlin, 21.02.2012 (KGS). Laut kürzlich veröffentlichter [Allensbach-Studie](#) [1] zur Sehgesundheit tragen 3,4 Millionen Menschen in Deutschland [Kontaktlinsen](#) [2] – Tendenz steigend. Ein Blick in [Online-Foren und Ratgeber-Communities](#) [3] zeigt aber, wie wenig viele Linsenträger über den richtigen Umgang mit ihren Sehhelfern wissen. Wer ohne Beratung Linsen kauft, sie falsch pflegt und nicht wie vorgesehen wechselt, spielt mit der Gesundheit seiner Augen. Das Kuratorium Gutes Sehen (KGS) gibt Antworten auf häufige Kontaktlinsen-Fragen.

### Die beste Kontaktlinse? – Eine für alle gibt es nicht.

Eine oft gestellte Frage unter Nutzern in Ratgeber-Communities: Welche Kontaktlinse ist die beste? Empfehlungen anderer Linsenträger sind dabei nicht nur nutzlos, sondern bergen auch Risiken, wenn dem Rat ohne Rücksprache mit einem [Kontaktlinsen-Spezialisten](#) [4] gefolgt wird. Denn: Jedes [Auge](#) [4] ist so individuell wie ein Fingerabdruck. Und nicht jede Linse ist für jedes Auge gemacht. Tatsächlich kann niemand selbst einschätzen – quasi aus einem Gefühl heraus –, ob eine Kon-taktilinse die richtige ist. Wer die Vorteile der unsichtbaren Brille lange und vor allem gesund genießen möchte, lässt sie von einem Spezialisten an die Augen anpassen.

### Das Spiel auf Zeit ist ein Spiel mit der Gesundheit.

[Tageslinsen](#) [5] eine Woche tragen? Oder [Monatslinsen](#) [5] gleich 3 Monate? Um Geld zu sparen, zögern Kontaktlinsenträger viel zu oft den Austausch ihrer Linsen heraus. Ein Verhalten, das letztendlich die Gesundheit der Augen teuer zu stehen kommen kann. Denn entgegen der in Foren weit verbreiteten Annahme "solange nichts juckt und brennt, ist alles okay" merken die Träger oft selbst nicht, dass ihre Sehhelfer im wahrsten Sinne des Wortes am Ende sind. So behindern Ablagerungen Stück für Stück die Versorgung des Auges mit Sauerstoff. Erst wenn Entzündungen oder Infektionen auftreten, werden die Folgen sicht- und vor allem spürbar – und sind oft nicht mehr reparabel. Es spart sich diese schmerzhaft Erfahrung, wer seine Linsen wie vorgesehen wechselt: [Tageslinsen](#) [5] gehören vor dem Schlafen entsorgt, [Monatslinsen](#) [5] entsprechend 30 Tage nach dem ersten Tragen. Eine einfache Regel, deren Einhaltung dafür sorgt, dass die Augen gesund und die Linsen frisch und leistungsfähig bleiben.

### Kontaktlinsen – vom Tausch ausgeschlossen?

Bücher, CDs und Kleidung – [Tauschen ist in](#) [6]. Für [Kontaktlinsen](#) [2] gilt das jedoch nicht. Während das Shirt der Freundin einen im schlechtesten Fall unvorteilhaft aussehen lässt, können ihre Linsen zum echten Problem für die eigenen Augen werden. Denn die unter normalen Bedingungen harmlosen Spuren, welche die Freundin im Laufe des Tages auf ihren Linsen hinterlassen hat, schwappen über die Sehhelfer auf direktem Wege ins eigene Auge – und können hier gefährlich werden. Eine gründliche [Desinfektion der Linsen](#) [7] vor dem Einsetzen ist daher Pflicht.

Zudem schmeichelt eine Kontaktlinse, die der besten Freundin "passt", nicht zwangsläufig auch der eigenen Augenform, -größe und -beschaffenheit. Auch hier gilt: Welcher "Linsenstoff" der richtige ist, kann nur der [Spezialist](#) [8] sicher beurteilen.

Seit Januar 2011 ist die KGS-"SehFee" in Foren und Ratgeber-Communities "unterwegs" und beantwortet Fragen der zumeist jungen Nutzer zu Kontaktlinsen, ihrer Handhabung und Pflege. Die Initiative ist Teil der unabhängigen und überregionalen KGS-Aufklärungsarbeit rund ums Gute Sehen und Aussehen mit Brille und Kontaktlinsen, die das KGS seit über 60 Jahren leistet.

Das Blog der SehFee: [www.durchlinsen.de](http://www.durchlinsen.de) [9]



Bildmaterial zu Kontaktlinsen in druckfähiger Auflösung: [www.sehen.de/presse](http://www.sehen.de/presse) [10]

Weitere Informationen zu Kontaktlinsen: [www.sehen.de](http://www.sehen.de) [11]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 01:27):** <http://medkom24.eu/node/15821>

**Links:**

[1] <http://www.sehen.de/newsroom/allensbach-brillenstudie/>

[2] [http://www.sehen.de/sehen\\_brille/kontaktlinsen/index.php](http://www.sehen.de/sehen_brille/kontaktlinsen/index.php)

[3] <http://www.durchlinsen.de/kategorie/foren-check/>

[4] [http://www.sehen.de/sehen\\_brille/kontaktlinsen/fachberater/index.php](http://www.sehen.de/sehen_brille/kontaktlinsen/fachberater/index.php)

[5] [http://www.sehen.de/sehen\\_brille/kontaktlinsen/kontaktlinsenarten/austauschkontaktlinsen.php](http://www.sehen.de/sehen_brille/kontaktlinsen/kontaktlinsenarten/austauschkontaktlinsen.php)

[6] <http://www.durchlinsen.de/2011/09/vom-tausch-ausgeschlossen-oder-warum-second-hand-kontaktlinsen-so-gar-nicht-cool-sind/>

[7] [http://www.sehen.de/sehen\\_brille/kontaktlinsen/pflege.php](http://www.sehen.de/sehen_brille/kontaktlinsen/pflege.php)

[8] <http://www.durchlinsen.de/linsenspezis/>

[9] <http://www.durchlinsen.de>

[10] <http://www.sehen.de/presse>

[11] <http://www.sehen.de>