



Warum die Augen UV-Schutz brauchen - Zum Tag des Sonnenschutzes am 21. Juni

Von *jprautz*

Erstellt am 14 Jun 2012 - 06:23

DÜSSELDORF 14.06.2012 – Ganz gleich, ob man den Sommer am Meer oder in den Bergen genießt: Eine Sonnenbrille, die die Augen zuverlässig vor UV-Strahlung schützt, gehört mit ins Gepäck. Dr. med. Georg Eckert vom Berufsverband der Augenärzte Deutschlands erläutert zum Tag des Sonnenschutzes am 21. Juni, was eine gute Sonnenbrille ausmacht.

Zu viel Sonnenlicht kann die Hornhaut und auch die Netzhaut schädigen. Ein „Sonnenbrand“ der Hornhaut – das ist der transparente Teil der vorderen Augenhaut, quasi die „Windschutzscheibe des Auges“ – kann sehr schmerzhaft sein. „In schweren Fällen kann sogar die äußerste Schicht der Hornhaut zerstört werden“, erklärt Dr. Eckert, „dann liegen die darunterliegenden Nervenenden frei“. Es fühlt sich an, als seien Fremdkörper auf der Augenoberfläche, das Auge tränt und ist extrem lichtempfindlich. Vor allem in den Bergen ist zum Schutz vor dem „Verblitzen“ ein zuverlässiger UV-Schutz sinnvoll, denn pro 1000 Höhenmeter nimmt die Strahlung in der dünner werdenden Atmosphäre um 20 Prozent zu. Reflektieren Eis und Schnee das Licht, steigt das Risiko noch zusätzlich. Neben der Hornhaut ist auch die Netzhaut – die Schicht mit lichtempfindlichen Zellen im Augenninneren – gefährdet. Wer zu lange in die Sonne schaut, riskiert direkt bleibende Schäden an der Netzhaut. Aber auch die langfristige Einwirkung des Sonnenlichts kann das Risiko steigern, beispielsweise eine Altersabhängige Makuladegeneration zu erleiden. Eine Sonnenbrille schützt vor den kurz- und langfristigen Schäden.

Auf den UV-Schutz achten

Beim Kauf der Sonnenbrille sollte man nachfragen, ob der UV-Schutz gewährleistet ist. Medizinisch sinnvoll ist eine Brille, die alle Wellenlängen unterhalb von 400nm blockiert. Eine CE-Kennzeichnung und die Aufschrift EN 1836:1997 zeugen davon, dass die Brille grundlegenden europäischen Anforderungen genügt. Die Tönung des Brillenglases sagt nichts über den UV-Schutz aus. „Gefährlich sind dunkle Brillen mit unzureichendem UV-Schutz“, macht Dr. Eckert klar: „Sie sorgen dafür, dass sich die Pupille weitet, so dass dann besonders viel Strahlung die Netzhaut erreicht.“

Das richtige Design

Das Design der Sonnenbrille trägt viel zur Schutzfunktion bei, erläutert Dr. Eckert: „Die Sonnenbrille sollte Schutz vor von oben und seitlich einfallenden Lichtstrahlen bieten.“ Die Brille sollte deshalb idealerweise oben recht dicht am Kopf anliegen; an den Seiten können gebogene Brillengläser oder breite Bügel für zusätzlichen Schutz sorgen.

Weitere Informationen zum Thema Auge und Sehen: www.augeninfo.de [1]

Weitere Informationen zum Tag des Sonnenschutzes: www.sonnenschutz-sonnklar.info [2]

Herausgeber: Berufsverband der Augenärzte Deutschlands e.V. (BVA), Tersteegenstr. 12, 40474 Düsseldorf

Pressekontakt:

Berufsverband der Augenärzte Deutschlands e.V. (BVA), Pressereferat: Dr. med. Georg Eckert,

Tersteegenstr. 12, 40474 Düsseldorf, Tel. +49 (0) 2 11 / 4303700, Fax +49 (0) 2 11 / 4303720,

presse@augeninfo.de [3], www.augeninfo.de [1]



Warum die Augen UV-Schutz brauchen - Zum Tag des Sonnenschutzes am 21. Juni

Veröffentlicht auf medkom24 (<http://medkom24.eu>)

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 02:15): <http://medkom24.eu/node/16405>

Links:

[1] <http://www.augeninfo.de>

[2] <http://www.sonnenschutz-sonnklar.info>

[3] <mailto:presse@augeninfo.de>