

## **1,4 Milliarden Menschen weltweit sind kurzsichtig**

**April 2011**

Der aktuelle Stand der Myopie-Forschung (Kurzsichtigkeit) bringt es ans Licht:

Von rund 7 Milliarden Menschen weltweit sind 1,4 Milliarden Menschen kurzsichtig. Die weltweite Entwicklung der Kurzsichtigkeit ist dabei rasanter als von vielen angenommen.

Deshalb stellen zahlreiche Experten immer wieder fest, wie wichtig die Myopie-Kontrolle ist – also die Vorsorgeuntersuchung zur Vermeidung von Kurzsichtigkeit ist. Und das nicht nur im Kindesalter: Studien ergaben, dass von allen kurzsichtigen US-Amerikanern circa 30 Prozent erst nach ihrem 17. Lebensjahr kurzsichtig wurden.

### **Gründe für die Kurzsichtigkeit**

Neben der Vererbung gibt es fundierte Erkenntnisse der Myopie-Forschung, die weitere Ursachen für das vermehrte Auftreten von Kurzsichtigkeit belegen. So ist zum Beispiel bewiesen, dass viel Naharbeit am Computer oder Handarbeiten wie Nähen die Kurzsichtigkeit fördern. Wer dazu sich noch wenig im Freien bewegt, hat ein dreimal höheres Risiko kurzsichtig zu werden als jemand, der lediglich viel am Computer sitzt, sich gleichzeitig aber viel im Freien aufhält.

Kurz gesagt: Intensive Naharbeit schadet nicht unbedingt, wenn sie täglich mit einem etwa zweistündigem Bewegungsaufenthalt im Freien ausgeglichen wird.

Denn hinzu kommt: je weniger natürliches Licht, desto höher ist das Risiko myopisch also kurzsichtig zu werden.

### **Myopie-Kontrolle ohne Medikamente**

Bislang gibt es Studien, die zeigen, dass das Medikament Atropin die Entwicklung der Kurzsichtigkeit deutlich aufhalten kann. Allerdings bewirkt das Medikament starke Blendungsbeschwerden und weitere starke Nebenwirkungen. Insbesondere für Kinder ist diese Therapie nur unzureichend und zeigt, wie wichtig es ist, Kurzsichtigkeit mit optischen Mitteln (z.B. Mehrstärken-Linsen oder prismatischen Mehrstärken-Linsen) entgegen zu wirken.

In vielen Studien zeigten sich eindeutig positive und signifikante Einflüsse auf das Längenwachstum des Auges. Denn Ursache für eine Kurzsichtigkeit ist eine Augapfelerlängerung. Kurzsichtige Augen haben somit eine steilere Netzhaut als gesunde Augen. Dadurch trifft der Focus nicht richtig und der Kurzsichtige kann Dinge in der Ferne nur sehr schlecht sehen und erkennen.

### **Mit Orthokeratologie gegen Kurzsichtigkeit**

Mit Contactlinsen mit alternierenden Zonen ist es möglich, einen Einfluss auf das Längenwachstum des Auges zu bewirken und gleichzeitig damit der Kurzsichtigkeit entgegen zu wirken. Insbesondere die Orthokeratologie (Contactlinsen im Schlaf tragen) korrigiert das Auge nicht nur im Zentrum (wie z.B. eine Brille), sondern eben auch in der Peripherie.

Zum jetzigen Zeitpunkt, da sind sich internationale Experten einig, ist Orthokeratologie (also das Tragen von Contactlinsen im Schlaf zur Korrektur der Sehfähigkeit) die wirksamste Methode, Kurzsichtigkeit aufzuhalten oder zu verlangsamen.

Diese Erkenntnisse wurden auf dem Ciba Visions Europäischer Kontaktlinsen-Kongress im vergangenen Oktober 2010 in Rom präsentiert. Rund 800 Teilnehmer aus fast 26 Ländern besuchten den Kongress. Sie tauschten Erfahrungen aus und hörten Vorträge zu den Themen Myopie (Kurzsichtigkeit), Hyperopie (Weitsichtigkeit), Astigmatismus (Hornhautverkrümmung) und Presbyopie (Altersweitsichtigkeit).

Quelle: Optometrie 1/2011