

Blendschutz im Hochgebirge

Winterurlaub: Sehprobleme führen zu Stürzen - Sportbrillen empfehlenswert

von KERSTIN METZE

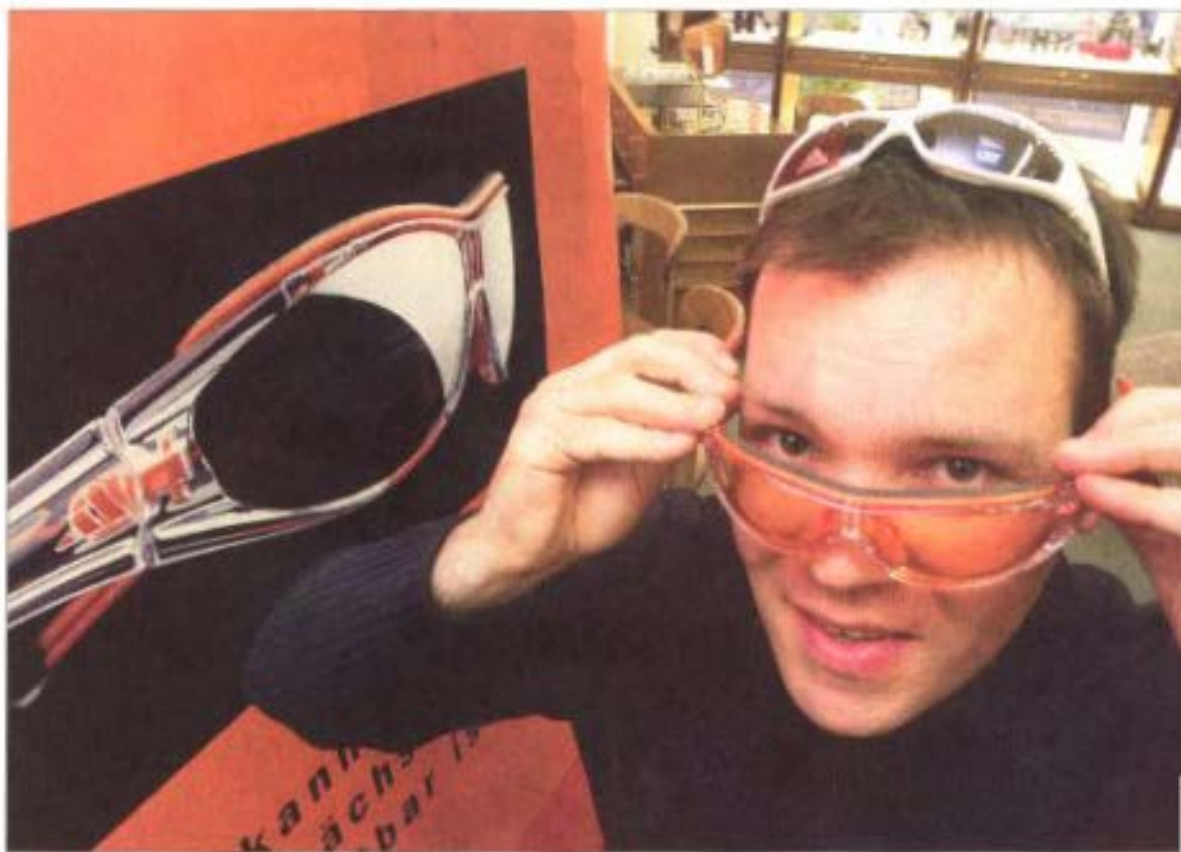
Viele Sportfreunde treffen jetzt Vorbereitungen für den Winterurlaub und widmen sich der Ausrüstung für das Vergnügen in Eis und Schnee. Da werden oft Hunderte für Skier und alpenaugliche Bekleidung hingeblickert. „Aber der Schutz der Augen wird häufig vergessen“, weiß Kristian Kloevekorn-Norgall aus Beratungsgesprächen. Der Diplom-Ingenieur für Internationale Augenoptik von Trothe-Optik in Halle hat sehr viel mit Sehproblemen bei Schnee beschäftigt und nennt die Folgen katastrophal.

„Die Hälfte der Brillenträger verzichtet beim Wintersport auf die Sehhilfe.“

KRISTIAN KLOEVEKORN-NORGALL
AUGENOPTIKER

„Mehr als 30 Prozent aller Skifahrer gehen fehsichtig auf die Piste, reichlich die Hälfte der Brillenträger verzichtet beim Wintersport sogar auf die Sehhilfe“, sagt Kristian Kloevekorn-Norgall. Das sei fatal. Buckel, Mulden, Eisplatten, andere Skifahrer und Hindernisse würden oft zu spät erkannt und Risiken unterschätzt. 80 Prozent aller Stürze ohne Fremdbeteiligung werden nach den Erfahrungen des Optikers durch Wahrnehmungsfehler oder Unaufmerksamkeit verursacht. Er rät deshalb, die Leistungsfähigkeit der Augen unbedingt überprüfen zu lassen.

Doch nicht nur auf die Sehkraft kommt es an, genau so wichtig ist es nach den Worten von Kloevekorn-Norgall, sich um den Blendschutz zu kümmern. „Hundertprozentiger UV-Schutz ist nicht das alleinige Kriterium eines guten Sonnenschutz-Filterglases“, sagt der Fachmann. Genauso entscheidend sei im Hochgebirge der Blend-



Kristian Kloevekorn-Norgall empfiehlt Wintersportlern spezielle Sportbrillen. Noch allzu oft wird nach den Empfehlungen des Augenoptikers das Sehvermögen beim Skifahren vernachlässigt.

MZ-Foto: Wolfgang Behr

DURCHBLICK

Guter Rat in Serie

schutz. Filtergläser dürften beim Skifahren nicht alle Farben gleichmäßig abdunkeln, sie müssten vielmehr den Kontrast erhöhen und auch bei schnellem Licht- und Schattenwechsel gute Sicht ermöglichen. Dafür gebe es spezielle Sportbrillen mit Austauschfiltersystemen - je nach Sonnenintensität und Umfeld beispielsweise können die Gläser in der Fassung gewechselt werden. Auch kann der

Augenoptiker Wintersportlern Brillen mit einem Ventilationssystem empfehlen. Das ist hilfreich gegen tränende Augen und verhindert, dass die Brille beschlägt.

Kein Problem ist es laut Kristian Kloevekorn-Norgall, der sich auf dem Gebiet der Sportoptik spezialisiert hat, die Vorteile einer stark gebogenen Sportbrille mit der individuellen Korrektur eines Sehfehlers zu verbinden. Es gibt sowohl Brillenkorrekturen im Filterglas als auch ein Clip-In-System in Ski-Brillen. Dabei wird die individuelle Brillenstärke in einen Korrektionsclip hinter die austauschbaren Filtergläser gesetzt.

@ Mehr im Internet unter www.sport-und-sehen.de

KONTAKTLINSEN

Material wichtig

Kontaktlinsen bieten eine optimale Möglichkeit, Sehdefizite beim Sport zu korrigieren. Das Sehfeld bleibt dabei weitgehend uneingeschränkt. Allerdings sind bei Kontaktlinsen für den Sport bestimmte Voraussetzungen berücksichtigt werden. Die Wahl der Linse, besonders des Materials, hängt stark vom jeweiligen Einsatzgebiet ab. Zu berücksichtigen beispielsweise die Luftfeuchtigkeit. Auch beim Tragen von Kontaktlinsen sollten die Augen vor Wind, UV-Strahlung und Blendung geschützt werden.