

Kurzsichtigkeit bei jungen Menschen

Weltweit nimmt die Kurzsichtigkeit immer weiter zu. Dieses Phänomen wird seit Jahren beobachtet und beunruhigt nicht nur uns Augenärzte, sondern auch Betroffene und insbesondere Eltern. Mütter fragen uns häufig, warum die Brille des Kindes immer stärker wird und was man dagegen unternehmen könne.

Wir gehen davon aus, dass im Jahr 2050 die Hälfte der Weltbevölkerung kurzsichtig sein wird. Da mit der Kurzsichtigkeit (Myopie) nicht nur die Notwendigkeit des dauerhaften Brillentragens sondern auch ernste Risiken einhergehen, ist diese Entwicklung besorgniserregend.



Es war immer schon bekannt, dass myope Eltern auch häufiger kurzsichtige Kinder haben. Aktuelle Studien haben aber ergeben, dass mittlerweile ein noch

größeres Risiko durch eine Veränderung von Umweltfaktoren entstanden ist. Hierbei ist eine verminderte Tageslichtexposition, eine verstärkte Nahtätigkeit und ein verringerter Leseabstand zu nennen.

„Unsere Kinder verbringen zu viel Zeit am Handy und Computer.“

Wenn die Myopie bei Kindern jedes Jahr um mehr als eine halbe Dioptrie zunimmt, können Eltern eingreifen. Zunächst gilt es das Freizeitverhalten der Kinder zu überdenken. Lesen und Naharbeit sollten alle 30 Minuten für 10 Minuten unterbrochen werden. Kinder sollten zudem mindestens 2 Stunden am Tag eine normale Lichtexposition im Freien genießen.

„Weniger Handy und mehr Fußball spielen ist tatsächlich hilfreich“, sagt Dr. Kohnen in seiner Sprechstunde.

Wenn diese Maßnahmen nicht mehr ausreichen, ist auch eine medikamentöse Therapie möglich. Sehr niedrig dosierte Atropin-Augentropfen werden vor dem Schlafengehen getropft. Das kann zwar zu einer geringen Pupillenerweiterung bei den Kindern führen, aber die Kurzsichtigkeit lässt sich damit über Jahre kontrollieren. Kürzlich wurden auch spezielle Brillengläser vorgestellt, die zu einer Begrenzung der Kurzsichtigkeit führen sollen. Mit 14 Jahren kann die Therapie in der Regel wieder beendet werden.

Ausgabe 1/2023