



Dr. med. **anita hürlimann**
Augenarztpraxis

Bahnhofstrasse 14
6340 Baar
Tel. +41 41 761 14 14
Fax +41 41 761 14 12
www.ahuerlimann.ch

Fehlsichtigkeit

Kurzsichtigkeit (Myopie)

Was ist Myopie (Kurzsichtigkeit)?

Myopie ist die medizinische Bezeichnung für Kurzsichtigkeit. Kurzsichtig bedeutet, dass zwar nahe Gegenstände tadellos scharf gesehen werden, nicht aber Entfernte. Meist klagen Kinder in der Schule, dass sie nicht mehr an die Wandtafel oder den Hellraumprojektor sehen. Erwachsene bemerken eine Sehverschlechterung z.B. beim Autofahren, im Kino oder beim Fernsehschauen.



Was ist die Ursache der Kurzsichtigkeit?

Die Anlage zur Kurzsichtigkeit wird meistens vererbt und entwickelt sich in den ersten drei Lebensjahrzehnten.

Bei **Frühgeborenen** ist sie deutlich häufiger anzutreffen als bei "Normalgeburten" und oft angeboren. Unter anderem deshalb gehören Frühgeborene in regelmässige augenärztliche Kontrollen.



Die Bedeutung exogener (äusserer) Faktoren wurde lange Zeit als unbedeutend abgetan. In letzter Zeit mehren sich die Hinweise aus neuesten Studien (vor allem aus dem asiatischen Raum, wo z.T. bis 90% (!) der Jugendlichen kurzsichtig sind), dass es doch einige mögliche (Mit)Ursachen für die Entwicklung der Kurzsichtigkeit gibt. So weiss man mittlerweile, dass sehr viel Naharbeit (Lesen, PC), wenig Sonnenlicht resp. wenig Aufenthalt draussen am Licht zu mehr Myopie-Entwicklung führt. Insbesondere fördert eine schlechte Bildqualität auf der Netzhaut die Entwicklung einer Kurzsichtigkeit. Wenn Sie also Ihrem Kind etwas Gutes tun wollen; dann schicken Sie es zwischen Hausaufgaben und PC nach draussen zum Fussballspielen. Selten gibt es auch Krankheiten, welche eine Myopie verursachen können:

- **Grauer Star** bei älteren Menschen kann anfangs eine Kurzsichtigkeit hervorrufen. Dies zeigt sich daran, dass diese ihre Lesebrille auf einmal nicht mehr brauchen,
- dafür aber in die Ferne (Autofahren, TV) nicht mehr gut sehen.

Ebenso kann dies vorkommen bei **Stoffwechselkrankheiten wie Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus)** durch Änderung der Linsen-Brechkraft und nach

Augenoperationen, wie z.B. nach der Operation einer **Netzhautablösung** (Amotio retinae).

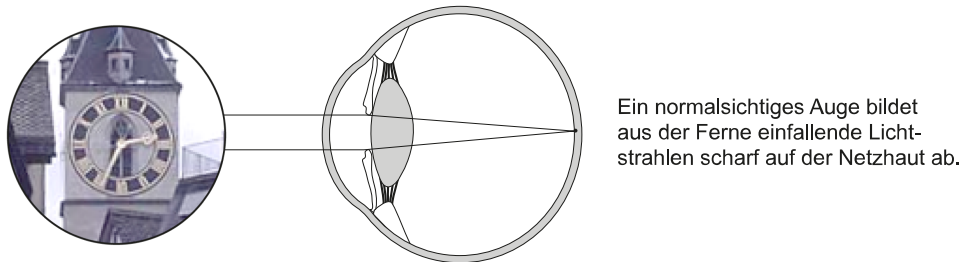
Ist Kurzsichtigkeit eine Augenkrankheit?

Nein, Kurzsichtigkeit ist keine Augenkrankheit (Ausnahme: sehr starke Kurzsichtigkeit).

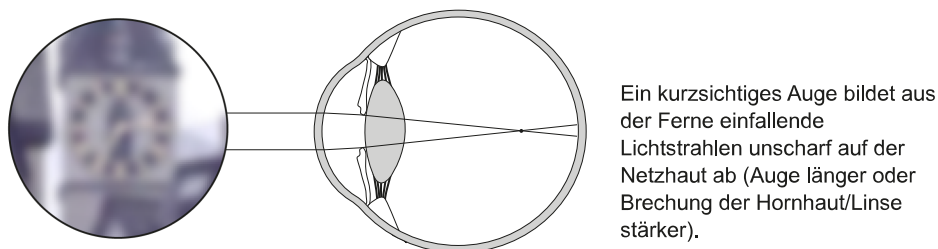
Das kurzsichtige Auge ist grundsätzlich ein normales, gesundes Auge.

Das Spezielle am kurzsichtigen Auge ist, dass der Aufbau des Auges anders ist. Meistens ist das Auge etwas zu lang oder die Hornhaut und/oder Linse in ihrer Krümmung stärker. Dadurch entsteht auf der Netzhaut beim Sehen in die Ferne kein scharfes Bild (Physik). Beim Sehen in die Nähe hat der Betroffene aber kein Problem.

Normalsichtigkeit (Emmetropie)



Kurzsichtigkeit (Myopie)



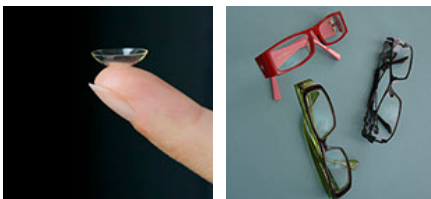
Wie behandelt man die Kurzsichtigkeit?

Die Kurzsichtigkeit wird mit Brille oder Kontaktlinse korrigiert. Dabei handelt es sich physikalisch um "eine Zerstreuungslinse" (Minuslinse in Minus-Dioptrien), welche ein scharfes Bild auf der Netzhaut ergibt.

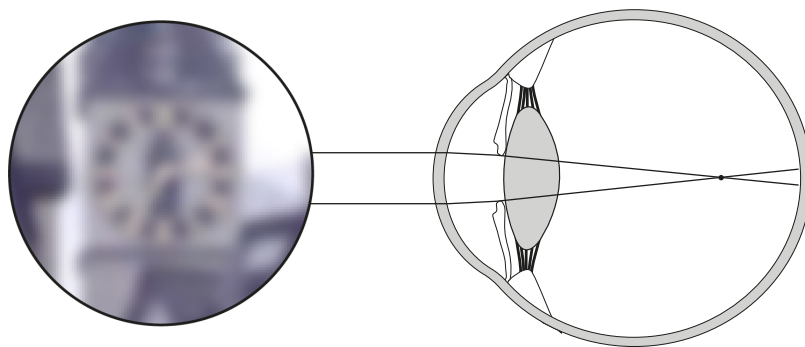
Im Gegensatz zu früher kann auch bei starker Kurzsichtigkeit heute eine sehr schöne Brille mit dünnen Gläsern angefertigt werden (Fragen Sie Ihren Optiker!).

Bei starker bis sehr starker Kurzsichtigkeit ist das Sehen mit Kontaktlinsen deutlich besser als mit Brille (kein Verkleinerungseffekt durch Kontaktlinse), weshalb diese Menschen mit einer Brille deutlich schlechter zurechtkommen.

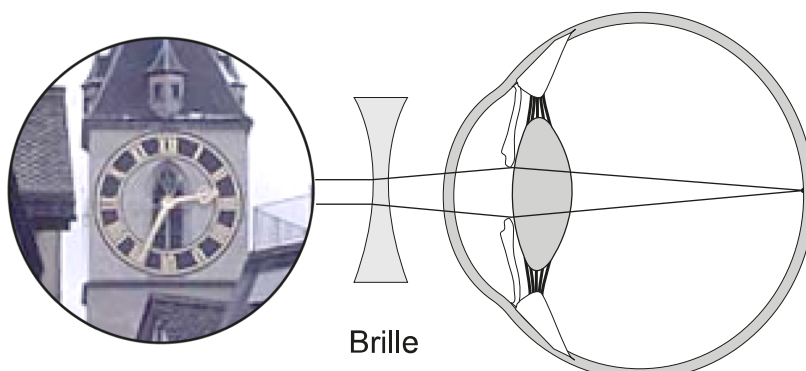
Seit einigen Jahren gibt es auch die [refraktive Chirurgie](#), mit welcher scharfes Sehen in die Ferne wieder erreicht wird.



Behandlung der Kurzsichtigkeit (Myopie)



Ein kurzsichtiges Auge bildet aus der Ferne einfallende Lichtstrahlen unscharf auf der Netzhaut ab (Auge länger oder Brechung der Hornhaut/Linse stärker).



Mit Hilfe einer Brille oder Kontaktlinse (Zerstreuungslinse) entsteht ein scharfes Bild auf der Netzhaut.

Können Entspannungsübungen oder "Augenmuskel-Training" die Kurzsichtigkeit beheben?

Nein! Trotz gegenteiliger Werbung: Kurzsichtigkeit lässt sich nicht wegtrainieren!

Wenn aber eine Brille oder Kontaktlinse für die Kurzsichtigkeit fälschlicherweise zu stark angepasst wurde, so kann nach optimaler Brillenbestimmung und Entspannung der Augenmuskeln (evtl. nur durch muskelentspannende Augentropfen beim Augenarzt) die Brille/Kontaktlinse abgeschwächt werden.

Verwöhnt man die Augen durch Brille oder Kontaktlinsen?

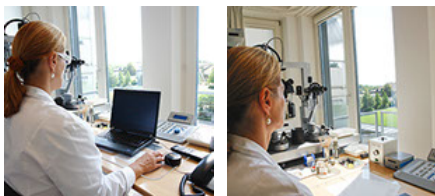
Nein! Man braucht sie, um scharf in die Ferne zu sehen. Das Auge muss sich immer noch genau gleich wie ein "normalsichtiges Auge" beim Sehen in andere Distanzen anstrengen.

Nimmt die Kurzsichtigkeit zu, wenn man die Brille/Kontaktlinse nicht trägt, resp. nimmt sie ab durch konstantes Tragen?

Das Tragen oder Nichttragen der Brille/Kontaktlinse hat keinen Einfluss auf die Kurzsichtigkeit (Ausnahme s. unten).

Kann durch Überanstrengung der Augen die Kurzsichtigkeit zunehmen?

Es ist erwiesen, dass ständige Naharbeit (Lesen, Schreiben, Bildschirmarbeit) das Risiko zur Entwicklung oder Verschlechterung einer Kurzsichtigkeit erhöht. Es empfiehlt sich daher, bei solchen Tätigkeiten zwischendurch immer wieder kurz in die Ferne zu schauen, um die Naheinstellung zu unterbrechen. Auch können leicht Kurzsichtige versuchen, ohne Fernbrille in der Nähe zu arbeiten, um die Naheinstellung zu entlasten.



Kann man mit Kontaktlinsen die Zunahme der Kurzsichtigkeit aufhalten?

Dies wird von einzelnen Kontaktlinsen-Anpassern immer wieder behauptet und anhand weniger Beispiele zu belegen versucht. Ein wissenschaftlicher Beweis für die Wirksamkeit der Methode, auf das Fortschreiten der Myopie durch sehr flach angepasste Kontaktlinsen einzuwirken, ist aber bis jetzt nicht erbracht worden.

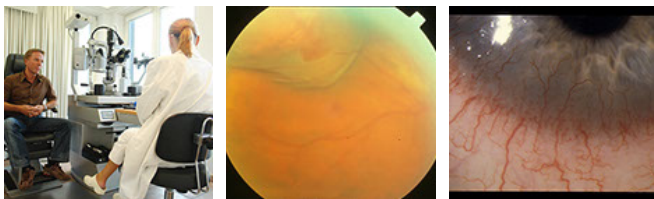
Sollte man bei Kurzsichtigkeit die Augen regelmässig kontrollieren lassen?

Ja, unbedingt!

Die alleinige Sehschärfeprüfung mit Brillen- oder Kontaktlinsen-Anpassung kann man beim Optiker machen lassen.

Eine regelmässige medizinische Kontrolle der Augen (inklusive Pupillenerweiterung) ist sehr wichtig und kann nur durch einen Augenarzt erfolgen!

Bei Kurzsichtigkeit entstehen an der Netzhaut infolge ihrer Dehnung häufiger "dünne Stellen", die zum Netzhautriss und dann zur Netzhautablösung führen können. Erkennt man sie rechtzeitig, lassen sie sich leicht - z.B. mit Lasertherapie - behandeln, und die Gefahr der Erblindung ist weitgehend gebannt. Zudem kann das Kontaktlinsentragen zu Hornhautschäden führen, welche rechtzeitig erkannt werden müssen.



Links

www.onmeda.de/krankheiten/myopie.html

www.augeninfo.de/patinfo/myopie.htm