

Pressemitteilung

Wichtiger Schutz auch im Frühjahr: Sonnenbrille tragen, Augenlicht bewahren

VÖCKLABRUCK. Das herrliche Frühlingswetter lockt die Menschen wieder vermehrt nach draußen. Die Spaziergänge werden länger, Gärten und Balkone werden aus dem Winterschlaf geholt und in der Mittagszeit winkt schon das eine oder andere Sonnenbad. Dabei denken viele nicht an die oft schon im Frühjahr starke UV-Strahlung, vor der sie ihre Haut und insbesondere auch die Augen schützen sollten. Eine gute Sonnenbrille kann vor folgenreichen Schäden an Hornhaut und Linse bewahren.

„Weil die UV-Strahlung für Menschen nicht sichtbar ist, denken viele nicht daran, dass sie schon bei weniger intensivem Sonnenlicht sehr hoch sein kann. Ein effizienter Schutz ist daher auch im Frühjahr überaus wichtig“, sagt Prim.^a Dr.ⁱⁿ Tina Astecker, Leiterin der Abteilung für Augenheilkunde und Optometrie am Salzkammergut Klinikum Vöcklabruck. *„Besondere Vorsicht ist bei Wanderungen in den Bergen oder Spaziergängen am Wasser geboten, weil die UV-Strahlen dort reflektiert und dadurch intensiviert werden.“* Besonders sensibel ist die Hornhaut von Kindern, Menschen ab dem 40. Lebensjahr und Personen mit hellen Augen. Doch auch weniger gefährdete Gruppen sollten im Freien Sonnenbrille tragen, da lebenslange ungeschützte Sonneneinstrahlung auch zu langfristigen Netzhautschäden führen kann.

Sonnenbrand am Auge: Oft harmlos, aber manchmal mit schwerwiegenden Folgen

Kommt es zu einem Sonnenbrand am Auge, ist das in erster Linie lästig und schmerzhaft. *„Betroffene klagen oft über schmerzende, juckende, gerötete, tränende, lichtempfindliche oder im Sehvermögen eingeschränkte Augen“,* weiß Tina Astecker.

Es besteht aber die Gefahr, dass die Hornhaut vor allem bei wiederholtem Auftreten dauerhaft geschädigt wird. Die Folgen können eine chronische Augentrockenheit, erhöhtes Krebsrisiko der Augenoberflächen oder vermindertes Sehvermögen bis hin zur Erblindung durch Linsen- und Netzhautschäden sein.

Als Erste-Hilfe-Maßnahme empfiehlt die Medizinerin, sofort kühlende Pads aufzulegen, jeden weiteren Reiz, etwa durch Reiben oder Kontaktlinsen, zu vermeiden und bis zum Abklingen der Symptome auf Sonne zu verzichten. Auch können Augenärztin bzw. Augenarzt schmerzlindernde Medikamente und regenerierende Salben verschreiben. *„In den meisten Fällen legen sich die Beschwerden nach wenigen Tagen, dennoch sollten Betroffene immer medizinischen Rat einholen, um Schädigungen auszuschließen“*, so Prim.^a Astecker.

Tipps für den Sonnenbrillenkauf

Auch für den Kauf einer hochwertigen Sonnenbrille hat sie gute Tipps: *„Lassen Sie sich im Fachhandel beraten und achten Sie immer auf den Hinweis ‚UV400‘ oder ‚100 Prozent UV-Schutz‘. Nur so können Sie sicher sein, dass die Brille das schädliche kurzwellige Licht bis zu einer Wellenlänge von 400 Nanometern herausfiltert. Außerdem sollte die Brille möglichst wenig Infrarotlicht durchlassen und je nach Anwendungsbereich genügend Licht absorbieren. Der UV-Schutz hat nichts mit dem Tönungsgrad der Gläser zu tun, die Tönung fungiert lediglich als Blendschutz, der z. B. im Straßenverkehr wichtig ist und vom eigenen Empfinden und der Strahlungsintensität (Schnee, Sand, Wasser) abhängt. Achten Sie beim Kauf auf hochwertige Gläser mit verzerrungsfreiem Schliff, da minderwertige Gläser bei längerem Tragen Kopfschmerzen oder Augenbrennen verursachen können.“*

Vöcklabruck, am 25. März 2021

Bildtext: Prim.^a Dr.ⁱⁿ Tina Astecker, Leiterin der Abteilung für Augenheilkunde und Optometrie am Salzammergut Klinikum Vöcklabruck.

Fotocredit: OÖG



Salzkammergut Klinikum

Bad Ischl · Gmunden · **Vöcklabruck**
Universitätslehrkrankenhaus

Rückfragen bitte an:

Wolfgang Baihuber

PR & Kommunikation, SK Bad Ischl. Gmunden. Vöcklabruck

E-Mail: wolfgang.baihuber@ooeg.at

Tel.: 05 055473-22251

