

Kontaktlinsen als Alternative zur Lesebrille

Liebe Leserin, lieber Leser

Wenn Ihre Arme zum Lesen zu kurz geworden sind, das Kleingedruckte im Telefonbuch kaum mehr zu entziffern ist und die Nadel nur noch bei hellem Tageslicht eingefädelt werden kann, dann hat auch bei Ihnen ein natürlicher Vorgang eingesetzt, der keiner(m) erspart bleibt: Ihre Augenlinse hat allmählich an Elastizität verloren und kann sich nun nicht mehr auf jede Entfernung optimal einstellen. Diesen natürlichen Sehfehler nennt man Presbyopie (oder in unserer Umgangssprache etwas weniger charmant Altersweitsichtigkeit). Presbyopie tritt bei allen auf, bei den Normalsichtigen wie bei den Kurz- und Weitsichtigen sowie bei Personen mit Hornhautverkrümmung.

Zwar können Sie dieses Sehdefizit nun mit einer Lesebrille oder mit Gleitsichtgläsern zum Sehen in allen Distanzen beheben. Ihrer Umgebung wird aber Ihr altersbedingtes Sehproblem nicht verborgen bleiben. Gewiss gibt es Situationen, in denen Sie das lieber nicht möchten oder in denen Ihnen eine Brille hinderlich ist wie z.B. beim Sport. Heute gibt es in vielen Fällen die Möglichkeit, mit Kontaktlinsen wieder uneingeschränktes Sehen in Ferne und Nähe zu erreichen und Ihre Sehbedürfnisse in Beruf und Freizeit zu erfüllen.

Kann jeder, der möchte, Mehrstärken-Linsen tragen ?

Solange nur wenige Kontaktlinsen-Hersteller nur wenige Typen von Zwei- und Mehrstärken-Linsen produzierten, waren die Möglichkeiten begrenzt. Die Kontaktlinse, die für jeden Menschen gleich gut geeignet ist, gibt es nicht und wird es nie geben. Erst durch die Vielfalt der Materialien und Systeme können die verschiedenartigsten Ansprüche erfüllt werden. Auf dem Gebiet der Mehrstärken-Linsen wurden gerade in letzter Zeit zahlreiche Konzepte entwickelt, die auf ganz neuen Erkenntnissen über das Zusammenwirken von Auge und Kontaktlinse beruhen. Neue Möglichkeiten sind auch neue Chancen. Sollten Sie oder jemand aus dem Bekanntenkreis schon früher einmal ohne Erfolg versucht haben, mit Zwei- oder Mehrstärken-Linsen zurecht zu kommen, dann haben Sie heute erheblich bessere Aussichten, dass wir die für Sie idealen Linsen finden und Ihnen zu Ihrer vollen Zufriedenheit anpassen können. Wenn Sie schon Kontaktlinsen tragen, ist der Wechsel auf ein Zwei- oder Mehrstärkensystem einfacher als bei jemandem, der noch nie Kontaktlinsen getragen hat.

Wie funktionieren Kontaktlinsen, die man für Ferne und Nähe nutzen kann ?

Grundsätzlich gibt es drei verschiedene Möglichkeiten mit unterschiedlichen Eigenschaften, Vorzügen und Nachteilen:

1) Monovision

Wie der Name andeutet, wird ein Auge für die Ferne korrigiert, das andere für die Nähe. Es handelt sich dabei natürlich um kein typisches Mehrstärkensystem, sondern jedes Auge sieht allein für sich in nur einer Distanz optimal. Obwohl die Augen nicht mehr miteinander schauen, funktioniert dieses System nach anfänglicher Eingewöhnung bei beginnender Presbyopie häufig recht gut. Gelegentlich kann es eine Lösung sein, das führende Auge mit einer Einstärkenlinse und das Partnerauge mit einer Mehrstärkenlinse zu versorgen (sog. modifizierte Monovision).

Vorteile: - einfach und preisgünstig

- kein Wechsel auf einen neuen Linsentyp

Nachteile: - reduzierte räumliche Wahrnehmung (Autofahren !)

- funktioniert meist nur bis gegen das 50. Altersjahr, dann wird die Differenz zwischen dem rechten und linken Auge zu gross um angenehm sehen zu können

2) Alternierende Systeme

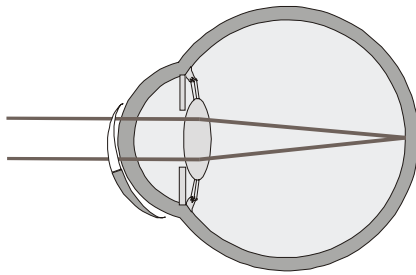


Abb. 1 Blick in die Ferne

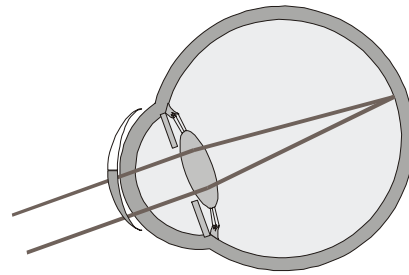


Abb. 2 Blick in die Nähe

Wie beim Zweistärken-Brillenglas enthält die Kontaktlinse zwei Zonen: ein Fernteil und ein Nahteil. Damit sich die Linse auf dem Auge nicht verdrehen kann, wird sie unten etwas schwerer gefertigt. Damit ist gewährleistet, dass der Fernteil stets oben und der Nahteil unten liegen. Wenn Sie gerade aus schauen, rutscht die Linse nach unten, bis sie dem Lidrand aufliegt. Sie blicken nun durch den oberen Teil und sehen in der Ferne klar (Abb. 1). Bei gesenktem Blick schiebt das Unterlid die Linse nach oben, Sie schauen durch den Nahteil und haben in der Nähe ein deutliches Bild (Abb. 2). Das funktioniert aber nur, wenn sich die Linse auf Ihrem Auge frei bewegen kann und nicht am Oberlid „einhängt“ und mit dem Lidschlag dauernd nach oben gezogen wird. Auf Ihrer Netzhaut erscheint nur ein Bild aufs Mal - entweder das für den Fernbereich oder das für den Nahbereich, daher der Begriff "alternierend" (abwechselnd). Alternierende Systeme sind nur für flexible Hartlinsen erhältlich.

Vorteile: - meist bessere Sicht in allen Entfernungen als bei den simultanen Systemen
- Korrektur bis ins hohe Alter möglich

Nachteile: - nur für flexible Hartlinsen möglich
- funktioniert nur, wenn die Linse frei auf dem Auge bewegt

3) Simultane Systeme

Hier sind beide Wirkungen (Ferne und Nähe) kreisförmig auf der Kontaktlinse angeordnet und werden somit gleichzeitig von Ihnen wahrgenommen. Meist dient die Zone in der Mitte der Linse der Sicht in die Ferne, und der gesamte äussere Linsenbereich enthält Ihre Korrekturwerte für die Nähe. Daher kann man auf jede Art der Stabilisierung verzichten. Wie sich die Linse auch dreht, sie sitzt immer richtig. Simultane Systeme sind als flexible Hartlinsen oder als Weichlinsen erhältlich.

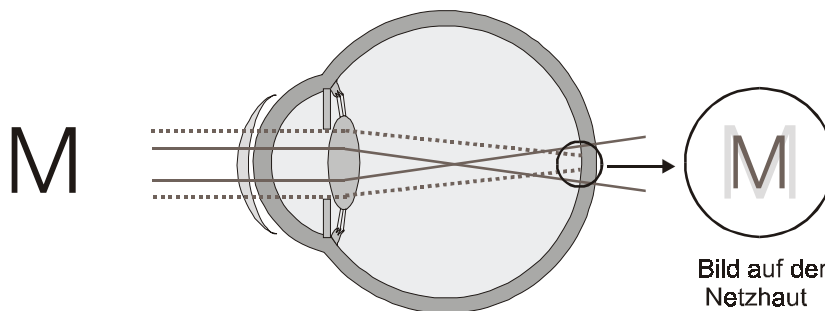


Abb. 3 Beim **Blick in die Ferne** wird der Buchstabe M durch den Fernteil im äusseren Bereich der Kontaktlinse deutlich und scharf auf die Netzhautmitte abgebildet. Durch den Nahteil im Zentrum der Linse wird gleichzeitig (simultan) am selben Ort ein kontrastschwaches, verschwommenes und grösseres Bild erzeugt (graues M).

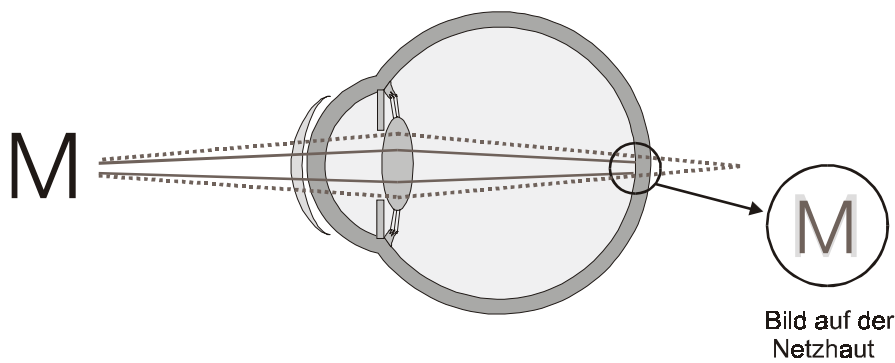


Abb.4 Beim **Blick in die Nähe** wird der Buchstabe M durch den Nahteil im Zentrum der Kontaktlinse deutlich und scharf auf die Netzhautmitte abgebildet. Durch den Fernteil der Linse entsteht gleichzeitig am selben Ort ein verschwommenes, kontrastschwaches und grösseres Bild (graues M).

Bei allen simultanen Systemen bildet sich ihr gesamtes Gesichtsfeld auf Ihrer Netzhaut ab. Simultan heisst, dass dort gleichzeitig mehrere Bilder unterschiedlicher Schärfe entstehen. Darüber brauchen Sie sich jedoch keine Gedanken zu machen. Ihr Gehirn wird damit ganz von allein fertig. Ohne dass Sie sich dessen bewusst sind, wählt es immer nur das für die gewünschte Entfernung richtige Bild aus. Die unscharfen Nebenbilder beachtet es gar nicht; sie werden Ihnen glatt unterschlagen und können Sie daher auch nicht stören.

Mustertext

Abb. 5 Versuch, den Seheindruck bei simultanen Systemen darzustellen.

- Vorteile: - Leute mit empfindlichen Augen können Weichlinsen tragen
 Nachteile: - nach dem 50. Altersjahr wird die Nahsicht damit meist ungenügend
 - Reduktion der Kontrastwahrnehmung (Autofahren nachts !)
 - Bildschärfe vom Durchmesser der Pupille abhängig

Welche Mehrstärken-Linse ist denn nun die richtige für mich ?

Aus all diesen Kontaktlinsen-Systemen ergeben sich unendlich viele Möglichkeiten; sie lassen sich noch erweitern durch Kombinationen unterschiedlicher Linsentypen für das rechte und das linke Auge um die verschiedenartigsten Ansprüche für Beruf und Freizeit zu erfüllen. Dass jeder, der möchte, Mehrstärken-Linsen tragen kann, können wir heute noch nicht versprechen. Einen Versuch sind die neuen Linsen-Systeme jedoch allemal wert.

Entscheidend für den Erfolg mit Mehrstärken-Linsen ist einerseits Ihre Motivation und Ihr Durchhaltewille, andererseits aber auch das Können Ihres Anpassers. Natürlich erfordert die Anpassung von Mehrstärken-Linsen sehr viel Erfahrung, eine moderne Spezial-Ausrüstung, eine grosse Auswahl an Messlinsen der verschiedenen Systeme und einen ständig aktualisierten Wissensstand. Soweit es durch Messungen, Berechnungen und Erfahrungswerte möglich ist, ermitteln wir das für Sie am besten geeignete System. Die letzten Feinheiten jedoch ergeben sich erst durch das Tragen im Alltag bei Ihnen zu Hause, am Arbeitsplatz und während Ihrer Freizeitaktivitäten. Sie tragen Ihre Mehrstärken-Linsen bei allen üblicherweise vorkommenden Tätigkeiten, nur das Autofahren in der Dunkelheit lassen Sie einstweilen aus; und dann berichten Sie uns, was Sie als angenehm empfunden

den haben und was Sie möglicherweise störte. Aus Ihren Beobachtungen und unseren Messungen können wir dann erkennen, ob der Wechsel auf ein anderes System Ihren Ansprüchen noch besser gerecht wird.

Welche Vorteile hat die Kontaktlinse gegenüber der Brille ?

Im Gegensatz zur Brille, die gelegentlich verlegt oder vergessen wird, sind Ihre Linsen im richtigen Moment immer dort, wo sie gebraucht werden – auf dem Auge. Sie beschlagen sich nicht im Regen und laufen beim Kochen nicht an. Gerade beim Sport gestatten sie uneingeschränkte freie Sicht und Bewegungsfreiheit. Als unsichtbare Sehhilfe schränkt die Linse weder Ihr Erscheinungsbild noch Ihre Persönlichkeit ein.

Gibt es Nachteile dadurch, dass eine Linse Fern- und Nahsehen ermöglicht ?

Die verbesserte Nahsicht hat in der Regel Auswirkungen auf andere Seheigenschaften wie Fernsicht, Kontrastsehen oder das Sehen in der Dunkelheit. Je nach Kontaktlinsentyp sind diese Einschränkungen unterschiedlich stark ausgeprägt; in der Regel ist eine gewisse Kompromissbereitschaft von Ihrer Seite gefordert. Nur durch einen Anpassversuch lässt sich herausfinden, welche Linse Ihren Anforderungen am besten entspricht.

Wie teuer sind Mehrstärken-Linsen ?

Der Preis für die Anpassung setzt sich zusammen aus der Beratung, der vorausgehenden Vermessung Ihrer Augen, der Ermittlung der optimal sitzenden Linsen und den notwendigen Nachkontrollen um das bestmögliche Ergebnis zu erzielen und eine Schädigung Ihrer Augen zu vermeiden. Dazu kommen dann die Kosten für die Linsen selber, die Pflegemittel und die Einweisung in die korrekte Handhabung und Reinigung Ihrer Linsen. Je nach dem Zeitaufwand, Ihrer bisherigen Erfahrung mit Kontaktlinsen und dem verwendeten Linsentyp liegen die Kosten in der Regel zwischen Fr. 500.- bis über 1'000.- also im Bereich einer Gleitsichtbrille. Sollte es sich zeigen, dass Ihre Augen mit Mehrstärken-Linsen nicht zurecht kommen, werden nur der Zeitaufwand für die Anpassung und die abgegebenen Linsen verrechnet.