

WINKELFEHLSICHTIGKEIT BEI KINDERN

Die Möglichkeiten einer Verbesserung
bei Konzentrationsschwierigkeiten,
fein- oder grobmotorischen Auffälligkeiten
oder Anstrengungsbeschwerden



UNEINIGE AUGENPAARE

Das Phänomen Winkelfehlsichtigkeit

Winkelfehlsichtigkeit lautet der Fachausdruck für einen Sehfehler, der – nebst besser bekannten Sehschwächen wie Kurz- und Übersichtigkeit oder Hornhautverkrümmung, bei rund 75% aller Menschen vorkommt. Bei Kindern äussert sich eine Winkelsichtigkeit meist folgendermassen:

- Probleme beim Lesen und Schreiben
- Auffälligkeiten der Feinmotorik
(z. B. beim Malen, Ausmalen, Ausschneiden)
- Auffälligkeiten der Grobmotorik
(z. B. beim Ballspielen, Fahrradfahren, Treppensteigen)
- Anstrengungsbeschwerden
(Kopf- oder Augenschmerzen)
- Konzentrationsschwierigkeiten
(z. B. bei den Hausaufgaben)

WENN DIE AUGEN NICHT HARMONISIEREN

Winkelfehlsichtige Augenpaare stehen von Natur aus nicht parallel. Sie streben eine von der Parallele abweichende Ruhestellung an. Die Ursachen sind unterschiedlich lang gewachsene Bewegungsmuskeln. Würde das Sehzentrum nicht darüber wachen, dass sich beide Augen stets auf den Blickpunkt ausrichten, würden die Augen sofort zurück in die winkelsichtige Fehlstellung gehen – Doppelsehen wäre die Folge. Die Bewegungsmuskeln sind gezwungen, die Augäpfel jede Sekunde des Tages präzise ausgerichtet zu halten. Dies bedeutet enorme Anstrengung für die Muskulatur der Augen. Das muss nicht sein.

Wenn ein Muskel im Körper des Menschen keine Möglichkeit hat, sich zwischendurch ganz natürlich zu entspannen, verursacht er nach einiger Zeit unangenehme Anstrengungsbeschwerden. Der heutige, immer stärker zunehmende Leistungsdruck erfordert immer anspruchsvollere Sehaufgaben. **Wenn ein Mensch von Winkelsichtigkeit betroffen ist, können daher folgende Schwierigkeiten auftreten:**

- Anstrengungsgefühl
- Ermüdungserscheinungen
- Augentränen und/oder Augenbrennen
- Gerötete Augen
- Kopfschmerz
- Zeitweiliges Unschärf- und/oder Doppeltsehen

Bei Kindern kommen folgende Anzeichen dazu:

- Langsames Lesen
- Vertauschen von Buchstaben, Silben und Wörtern
- Flüchtigkeitsfehler beim Abschreiben
- Unregelmässiges Schriftbild
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Abneigung gegen Ausmalen und Ausschneiden
- Schwierigkeiten bei Ballspielen
- Häufiges Stolpern oder ungeschicktes Verhalten

Augentropfen, Sehschultherapie oder Kopfschmerztabletten lindern das Problem zwar kurzfristig, aber nicht nachhaltig genug. Dazu muss die Ursache ermittelt und beseitigt werden. Es ist sehr wichtig, dass das Augenpaar in seiner natürlichen Ruhestellung arbeiten kann. Nur so können alle Aufgaben des Sehens mit geringstem Energieaufwand bewältigt werden. Entspannte Augen sind die Folge.

DIE MESSUNG EINER WINKELFEHLSICHTIGKEIT

Zuerst wird in einer umfassenden, optometrischen Kontrolle geprüft, ob eine normale Fehlsichtigkeit und/oder eine Winkelfehlsichtigkeit bestehen. Beim Feststellen einer Winkelfehlsichtigkeit wird die seit Jahrzehnten bekannten Messergebnisse und Korrektionsmethodik nach H.-J. Haase präzise angewendet. Aufgrund der Mess-Ergebnisse lassen wir mit dieser Korrektur lesen. Wenn dadurch das Sehen spontan angenehmer wird, oder das Lesen schneller und sicherer geht, ist eine Korrektur der Winkelfehlsichtigkeit angezeigt. Kinder und Jugendliche reagieren besonders gut auf die Messungen.

Danach werden regelmässige Nachkontrollen durchgeführt. Es ist ein sehr wichtiges Kriterium, dass die Brille gerne und damit regelmässig getragen wird. Insbesondere bei Kindern ist dies die entscheidende Voraussetzung, um das gewünschte Ziel zu erreichen.



Innert kurzer Zeit können der Erfolg der Korrektur sowie die Veränderungen der Sehgewohnheiten beurteilt werden. Unter Umständen ist ein Wechsel der Brillengläser nach einigen Wochen oder Monaten erforderlich, damit das Sehen optimiert und der Lesefluss verbessert werden kann. In jedem Fall ist es unser Ziel, Kinder und Jugendliche visuell optimal zu versorgen, damit die Arbeit in Schule oder Ausbildung für die Augen mit ganz natürlichem Energieaufwand möglich ist. Sobald keine Fortschritte oder Veränderungen beobachtet werden können, macht eine Weiterführung der prismatischen Korrekturen keinen Sinn mehr.

WAS ES BRINGEN KANN

Die Erfahrung zeigt, dass bestehende Anstrengungsbeschwerden wie Kopf- oder Augenschmerzen meist relativ schnell verschwinden oder sich spürbar verringern. Je jünger winkelfehlsichtige Schulkinder sind, wenn sie zum ersten Mal eine prismatische Korrektur erhalten, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass bestehende Auffälligkeiten abnehmen. Bei Korrektionsbeginn in den ersten zwei Schuljahren entwickelt sich nach einiger Zeit erfahrungsgemäss sogar Freude am Lesen. Da der Schulerfolg wesentlich an Lesebereitschaft und Lesefähigkeit gekoppelt ist, kann jede Verringerung der Abneigung gegenüber dem Lesen eine positive Auswirkung auf die Schulsituation des Kindes haben. Dies wird zusätzlich unterstützt durch die zu erhoffende Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit und Belastbarkeit sowie durch Erfolge bei der Rechtschreibung.

WICHTIGE VORAUSSETZUNGEN

- Die Brille sollte konsequent getragen werden
- Bei der Angewöhnung an die Brille sind Kinder auf den Zuspruch der Eltern und Lehrer angewiesen
- Kinder spielen gerne und da kann es schon mal vorkommen, dass eine Brille darunter leidet. Verbogene oder defekte Brillen sollten schnellstmöglich repariert oder ersetzt werden
- Die empfohlenen Nachkontrollen unbedingt einhalten

Winkelfehlsichtigkeit ist keine Krankheit, sondern ein Sehfehler, der bei vielen Menschen vorkommt. Eine prismatische Korrektur heilt nicht, aber sie entlastet die Muskulatur, weil die Winkelfehlsichtigkeit korrigiert wird. Solange die Brille getragen wird, erfolgt die Korrektur des Sehfehlers.

WAS NICHT ERWARTET WERDEN KANN

In den meisten Fällen ist nicht zu erwarten, dass ein Kind durch das Tragen der Brille innerhalb weniger Tage oder Wochen von sämtlichen Problemen befreit wird. Es kann sich aber durchaus lustvolleres oder freiwilliges Lesen und Lernen einstellen, weil die Beschwerden nachlassen. Die Arbeitsgemeinschaft von Augen, Sehzentrum und anderen Teilen des menschlichen Gehirns haben sich über Jahre aufeinander abgestimmt. Dabei haben sich die Augen an eine Steuerung der Muskulatur gewöhnt, welche permanent versucht, die Winkelfehlsichtigkeit auszugleichen.

Solches Gegensteuern kostet viel Kraft. Eine exakte prismatische Korrektur reduziert das kraftrau-

bende muskuläre Gegensteuern und sorgt für entspanntere, aufeinander abgestimmte Seheindrücke der Augen. Allerdings müssen Augen, Muskulatur und Hirn erst einmal lernen, mit den neuen, harmonischen Informationen umzugehen. Dieser Lernvorgang braucht entsprechend Zeit und Geduld.



WINKELFEHLSICHTIGKEIT IST VERERBBAR

Tatsächlich gehört Winkelfehlsichtigkeit in das Feld der vererbaren Sehfehler. Achten Sie einmal innerhalb der Familie auf die in dieser Broschüre beschriebenen Auffälligkeiten. Es kann durchaus sein, dass Sie bei Kindern oder bei Erwachsenen Anzeichen einer Winkelfehlsichtigkeit vermuten werden.

EINE ABKLÄRUNG SCHAFFT KLARHEIT

Am besten Sie rufen uns an und vereinbaren einen Termin. Für eine optometrische Erstuntersuchung sind bei Kindern 90 Minuten und bei Erwachsenen 60 Minuten nötig. Das weitere Vorgehen wird nach Verlauf der ermittelten Resultate miteinander vereinbart.

BESTE LÖSUNGEN FÜR GUTES SEHEN

Wie gut man sieht, ist einem oft nur bedingt bewusst. Vielleicht hat sich Ihre Sehleistung seit dem letzten Sehtest verändert, ohne dass Sie es bemerkt haben? Vielleicht haben Sie erstklassigen Sehkomfort noch gar nie erlebt? Vielleicht suchen Sie aber auch nach einer ganz speziellen Sehlösung für Sport, Hobby oder Arbeit? So oder so wird sich ein kostenloses Beratungsgespräch für Sie lohnen. Wir nehmen uns gerne Zeit dafür. Wir Optometristen sind in jedem Fall für Sie da – denn die Gesundheit Ihrer Augen liegt uns am Herzen.



AARAU BRILLEN-TROTTER AG | **BIEL/BIENNE** SPÖRRI OPTIK AG | **CHUR** STADELMAIER OPTIK AG | **GOSSAU/SG** KÜLLING OPTIK AG | **SARNEN** OPTIK OTT | **ST.GALLEN** KÜLLING OPTIK AG | **ST.MORITZ** OPTIK WAGNER | **THISIS** STADELMAIER OPTIK AG | **ZÜRICH** BERLING OPTIK AG | WWW.VISUS.CH