



# Alters-<sup>PRESBYOPIE</sup> sichtigkeit

# Alterssichtigkeit (Presbyopie)



Typische Seh-  
Beeinträchtigung  
bei Presbyopie: Unscharfes  
Sehen auf kurze Distanz



Die Alterssichtigkeit ist keine Fehlsichtigkeit, wie es Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit oder Hornhautverkrümmung sind. Es ist auch keine Krankheit, sondern eine physiologische und deshalb normale Alterserscheinung, von der wir alle betroffen sein werden. Die ersten Anzeichen der Presbyopie können ab dem 40. Lebensjahr auftreten.

## Wie lang müssen Ihre Arme sein?

Beim Lesen beträgt die Normaldistanz vom Auge zum Lesestoff circa 33 cm. Ein zweijähriges Kind kann auf eine Distanz von 5 cm scharf sehen, ein siebenjähriges auf eine Weite von 7 cm. Mit Zwanzig beträgt diese Entfernung 10 cm, mit Vierzig 25 cm, mit Fünfzig 50 cm und mit Siebzig sogar 2 Meter! Wen wundert es da, dass die Arme irgendwann anfangen, zu kurz zu erscheinen?

Die jugendliche Augenlinse ist elastisch und wird je nach dem, auf welche Distanz man scharf sehen will, mehr oder weniger gewölbt. Man nennt dieses Scharfstellen «Akkommodation». Schon ab dem ersten Lebensjahr beginnt die natürliche Augenlinse zu altern und wird langsam immer dicker und starrer. Sie verliert nach und nach ihre natürliche Elastizität und Akkomodationsfähigkeit. Diese wird vor allem für das Nahsehen gebraucht. Das Nachlassen der Akkomodationsfähigkeit bewirkt, dass der Mensch mit dem Alter altersweitsichtig wird, das heißt, dass man auf kurze Distanzen schlechter sieht.

## Behandlung

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, eine verloren gegangene Akkomodation zu ersetzen:

### • **Brille oder Kontaktlinse**

Folgende Hilfsmittel können die Alterssichtigkeit korrigieren:

- Lesebrille
- Zweizonenbrille mit bifokalen Gläsern
- Gleitsichtbrille mit progressiven Gläsern
- Spezielle Kontaktlinsen

### • **Refraktive Chirurgie**

Es gibt verschiedene operative Behandlungsmöglichkeiten, die Ihnen helfen, sowohl in die Ferne, wie auch in die Nähe wieder scharf zu sehen. Bei der Laseroperation werden die Hornhaut und ihre Oberfläche neu modelliert. Der sogenannte Excimer-Laser trägt dabei kleine Partikel innerhalb der Hornhaut ab, während der sogenannte Femtosekunden-Laser mit der neuen Intracor-Technik die Hornhautoberfläche nicht verletzt. In beiden Fällen bewirkt die neue Hornhautkrümmung eine veränderte Brechkraft, die die verloren gegangene Akkomodation simuliert und somit die Presbyopie korrigiert. Die refraktive Chirurgie gilt als kosmetischer Eingriff, was bedeutet, dass die Kosten nicht durch die Krankenkasse erstattet werden.

### • **Intraokulare Linse**

Wenn gleichzeitig zur Alterssichtigkeit der Graue Star oder Katarakt (Trübung der natürlichen Linse) diagnostiziert wird, kann und sollte die trübe Linse durch eine künstliche Linse (Intraokularlinse) ersetzt werden. Für die gleichzeitige Korrektur der Presbyopie gibt es Sonderlinsen. Durch eine spezielle Aufteilung der optischen Fläche kann gleichzeitig der Fernbereich und der funktionelle Nahsichtbereich korrigiert werden. Sprechen Sie frühzeitig mit Ihrem Augenarzt darüber!

## Prophylaxe

Da die Alterssichtigkeit eine natürliche Alterserscheinung ist, kann man eigentlich nichts vorbeugend dagegen unternehmen.