



Zentralverband der
Augenoptiker und Optometristen

ZVA-Presseinformation 15/2019

19.06.2019

Falsche Fakten rund um die Sonnenbrille

Am 27. Juni ist Tag der Sonnenbrille: Eine gute Gelegenheit, mit ein paar Behauptungen aus dem Märchenreich rund um die getönten Brillengläser aufzuräumen.

Mythos 1: Dunkle Brille = hoher Schutz. Die Tönung der Brillengläser schützt lediglich vor Blendung. Der UV-Schutzfilter ist genauso unsichtbar wie das UV-Licht selbst. Eine dunkle Brille ohne UV-Schutz begünstigt sogar den Einfall des Lichts ins Auge, da sich die Pupille bei Dunkelheit weitet und somit mehr energiereiche Strahlung in das Auge eindringen kann.

Mythos 2: Eine Sonnenbrille verhindert die positiven Effekte des Sonnenlichts. Tages- und Sonnenlicht steuert die Ausschüttung bestimmter Hormone und unter anderem den Tag-Nacht-Rhythmus. Eine Sonnenbrille filtert ultraviolettes Licht im Wellenlängenbereich von 100 bis 400 Nanometer (nm). Für den Biorhythmus ist aber Licht aus dem türkis-blauen Spektrum wichtig. Dieses wird auch mit Sonnenbrille aufgenommen, da es im Bereich von 440-480 nm liegt. Und: Auch an bewölkten Tagen profitieren wir vom gesamten Tageslichtspektrum.

Mythos 3: Wer eine Sonnenbrille trägt, schadet seinen Augen. Wer rund um die Uhr ständig eine sehr dunkle Brille trägt, simuliert seinen Augen sicherlich eine Art maulwurfsgleiches Höhlenleben. Wer aber eine vom Augenoptiker angepasste Sonnenbrille mit 100 Prozent UV-Schutz an sonnigen Tagen, beim Outdoorsport, am Wasser oder im Gebirge trägt, tut seinen Augen definitiv Gutes. Die Gläser sorgen für blendfreie Sicht und filtern energiereiche UV-Strahlung, die vor allem die Netzhaut schädigen kann. Zwar verfügt das Auge über eigene Schutzmechanismen, diese sind aber begrenzt. Besonders für Kinder ist UV-Schutz für die Augen wichtig, da ihre Augenlinse noch sehr durchlässig für Strahlung ist. Schäden durch Sonnenlicht machen sich oft erst schleichend nach Jahren bemerkbar. So kann zu viel UV-Licht ernsthafte Augenerkrankungen wie Grauen Star oder Makuladegeneration begünstigen. Kurzfristig kann Sonnenlicht, das zum Beispiel durch Sand oder Schnee reflektiert wird, zu schmerzhaften Entzündungen der Binde- oder Hornhaut führen.

Hinweis an die Redaktionen: Das Foto steht Ihnen zwecks redaktioneller Nutzung dieser Presseinformation zur honorarfreien Verwendung zur Verfügung. Bildhinweis: ZVA/Skamper

Ihr Ansprechpartner für Rückfragen:

Zentralverband der Augenoptiker und Optometristen
Sarah Köster
Alexanderstraße 25a, 40210 Düsseldorf,
Tel.: 0211/863235-0, Fax: 0211/863235-35
www.zva.de, presse@zva.de