

# Empfehlungen für Kurzsichtige, liebe Eltern und Kinder!

Bei Ihnen/Euch wurde eine Kurzsichtigkeit festgestellt.

Kurzsichtigkeit (**Myopie**) ist ein Brechungsfehler des Auges, welcher frühzeitig mit Brillen oder Kontaktlinsen korrigiert werden sollte. Dieser Brechungsfehler nimmt in der Regel zu.

## **Symptome der Zunahme der Myopie:**

Kneifen, Sehen in der Ferne unscharf, Blinzeln, Kopfschmerzen, Konzentrationsschwäche

Nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen besteht die Möglichkeit, die Zunahme der Kurzsichtigkeit zu beeinflussen.

## **Allgemeine Empfehlungen:**

Aufenthalte im Freien (empfehlenswert mehr als eine Stunde), helles Lesefeld, ausreichender Leseabstand, bei intensiver Naharbeit (z.B. Lesen, Smartphone, Tablet) regelmäßige Pausen einlegen und entspannt in die Ferne schauen.

Das Tragen der Brille allein beeinflusst oder vermindert sogar ein Fortschreiten der Kurzsichtigkeit nicht

**Folgende Maßnahmen haben sich nach aktueller Studien-Datenlage als sinnvoll erwiesen, wobei bei jedem Menschen eine individuelle Abstimmung erfolgen muss:**

1. Grundsätzlich frühe Kontaktlinsenkorrektur des Refraktionsfehlers
2. Besonders wirkungsvoll sind Nachtkontaktlinsen / Orthokeratologie
3. Kontaktlinsen mit speziell gestaltetem optischen Bereich im Zentrum und in der Peripherie / = besondere Art der Bifokallinsen
4. Medikamentöse Therapie gemäß der Studie ATOM2 mit niedrig dosierten Atropin Augentropfen 0,01% (=1/100%), 1x am Tag abends

Die Wirksamkeit und Sicherheit dieser Maßnahmen, einzeln oder in Kombination, ist wissenschaftlich belegt.



Gerne stehen wir Ihnen für die individuelle Beratung, Kontrolle und Therapie zur Verfügung.

## Ihr Praxisteam



Deutsche  
Augenärztliche  
Kontaktlinsengesellschaft e.V.

