

# Immer mehr Kinder leiden unter Kurzsichtigkeit

Die modernen Medien wie Handy oder Laptop sind nicht unbedingt ein Segen für die Augengesundheit von Jugendlichen, so die Linzer Augenärztin Dr. Barbara Neudorfer.

Nicht von ungefähr heißt es „Etwas hüten, wie seinen Augapfel“, denn das Sinnesorgan ist sehr empfindlich und seine Gesunderhaltung sollte von der Geburt an im Fokus stehen, etwa im Rahmen des Mutter-Kind-Passes, bei dem zwei augenärztliche Untersuchungen vorgesehen sind. Allerdings können die modernen Medien der kindlichen Augengesundheit sehr zusetzen. Fast Dreiviertel der befragten Eltern von 0- bis 6-Jährigen gaben bei einer Umfrage an, dass ihr Kind internetfähige Geräte zumindest gelegentlich nutzt – und das bereits ab einem Alter von durchschnittlich 12 Monaten. Gerade in diesem Alter sind Eltern bei der Medienerziehung stark gefordert, können sich aber nicht an Erfahrungen aus der eigenen Kindheit orientieren. Morgens beim Frühstück checken sie rasch ihre Mails am Smartphone, nachmittags spielt der große Bruder seine neueste Online-Challenge am Laptop und abends gibt's noch eine Folge der Lieblings-Zeichentrickserie am Tablet, bevor

Alexa das Licht ausmacht. Internetfähige Geräte sind mittlerweile praktisch von Geburt an im Alltag von Kindern präsent und sie sitzen bis zu 10 Stunden am Tag vor PC, Fernsehen oder nutzen das Smartphone und das hat Folgen.

## Negative Tendenzen

Die modernen Medien verstärken die Kurzsichtigkeit (Myopie) bei Kids. Nach Modellrechnungen wird bis 2050 die Hälfte der Welt kurzsichtig sein. „Hauptursachen liegen bei zu viel Naharbeit und zu wenig entspanntem Sehen in die Ferne wie bei sportlichen Aktivitäten im Freien in der Kindheit“, sagt die Augenärztin Dr. Barbara Neudorfer. „Zur Vorbeugung sollten sich Kinder daher möglichst zwei Stunden pro Tag im Freien aufhalten und gleichzeitig die Zeiten der Naharbeit, etwa beim Lesen, Arbeiten am Handy, PC, Laptop, Tablet reduzieren.“ Regelmäßige augenärztliche Kontrollen helfen, die Myopie rechtzeitig zu erkennen und mit Brille zu korrigieren sowie gegenzusteuern, und Folge-



Foto: ohishift - stock.adobe.com

erkrankungen zu verhindern. „Eltern oder Großeltern neigen dazu, ihren kleinen Kindern Fotos auf dem Handy zu zeigen“, so Dr. Neudorfer, „das ist nicht gut für die Augen und bestärkt Kinder auch darin, dass Handy öfter zu nützen.“

Besonders im asiatischen Raum wie in Japan oder Korea hat die Kurzsichtigkeit zugenommen. „Das liegt auch an den Lebensum-

ständen, Kinder kommen früher in die Schule und in Kontakt mit den neuen Medien, das tägliche Spiel im Freien ist in den Großstädten kaum möglich, so dass schon viele Kleinkinder wie in asiatischen Ländern beim Fußballspiel eine Brille tragen“, zeigt Dr. Neudorfer die Folgen auf. ■

**Dr. Barbara Neudorfer: „Zuviel Naharbeit und zu wenig entspanntes Sehen fördert die Kurzsichtigkeit.“**



Foto: privat



Foto: NewAfrica - stock.adobe.com

