

## Presbyopie und Kontaktlinsen

Warum Menschen ab ihrem 40. Lebensjahr ein wunderbares Kundengut sind und was es nebst ehrlicher Empathie und einzigartigem Know-how zu beachten gilt.

Text von Dr. Michael Bärtschi und dem eyeness AG Team Bern, Bilder: eyeness

### Abstrakt:

Kontaktlinsen sind ein ideales Mittel, um Menschen in ihren besten Lebensjahren zu scharfem und komfortablem Sehen zu verhelfen. Zudem wird diese Altersgruppe nicht umsonst «Best Ager» genannt, Aktiv, qualitätsorientiert, gesundheitsbewusst, gut situiert, loyal sind nur einige wichtige Stichworte zu diesem sympathischen Menschengeschlag. Die moderne Forschung und Entwicklung hat eine Vielzahl von kontaktologischen Möglichkeiten zur Korrektur und der speziellen Physiologie von Alters-sichtigen (Presbyopen) entwickelt. Kontaktlinsen für alle Lebenslagen sind kein Traum mehr, sondern gelebte Realität des 21. Jahrhunderts.

### Stichworte:

Presbyopie, Kontaktlinsen, Multifokal-Mo-novision, Extended Depth of Focus, Physiologie

### Einleitung:

Über 55% der Schweizer Bevölkerung sind gemäss den demografischen Daten der Schweiz von 2018 bereits 40-jährig und älter. Tendenz zunehmend. Menschen ab ihrem 40. Lebensjahr sind ein wunderba-

res Kundengut. Lebenserfahrung, paart sich mit gehobenem Anspruch und einem verstärkten Bewusstsein für die Augengesundheit. Die beginnende Alterssichtigkeit (Presbyopie) ist dabei eines der zentralen Themen im Leben dieser Menschen. Einfache oder individuelle Lesebrillen können gemäss den aktuellsten Untersuchungen von Stokes et al. (OVS 2022) dabei nicht alle neu aufgetauchten Probleme beseitigen und beeinflussen damit die Lebensqualität negativ (1). Dieses Umfeld ist ideal für die moderne, qualitätsbewusste Optometrie und Kontaktologie. Einzigartiges Know-how, ehrliche Empathie und herausragende Produkte finden ein dankbares und treues Publikum, welches nebst den kontaktlin-sen zusätzlich eine grosse Palette an wert-vollen optometrischen Dienstleistungen erwartet.

### Fünf Fragen an die eyeness-Spezialist:innen:

**Warum ist die Physiologie der Augen und das Sehen von Menschen ab 40+ anders und worauf sollte man beson-ders achten?** (Yasna Glauser)

Das menschliche Auge ab 40+ verfügt

aufgrund von hormonellen Umstellungen über eine veränderte, oft visköse Zusam-mensetzung als auch generell über weni-ger Tränenflüssigkeit und ist dadurch tro-ckener, was wiederum den Komfort beim Kontaktlinsentragen beeinflussen kann. Närende oder kosmetische Gesichts-pflege hinterlässt zusätzliche Verschmut-zungsbestandteile an den Lidern und im Tränenfilm. Aufgrund dessen werden mo-derne multifokale Kontaktlinsen von der Industrie nicht nur laufend optisch opti-miert, sondern es werden auch Materialien entwickelt, die diesem Umstand gerecht werden. Während des gesamten Lebens nimmt die Akkommodationsbreite auf-grund der Sklerosierung und ein dadurch bedingter Elastizitätsverlust der Augen-linse stetig ab. So ist das maximal verfü-gbare Nahsestellungsvermögen (Akkom-modationsbreite) bei einem 40-jährigen Menschen im Durchschnitt noch recht an-geheim 6 dpt, wenige Jahre später, bei einem 46-jährigen, aber bereits nur noch 3 dpt und damit zu wenig, um über etwas längere Zeit noch angenehm in die Nähe se-hen zu können. Bei den meisten Menschen werden daher ab rund vierzig zunehmend «die Arme zu kurz». Spätestens ab circa

dem 45. bis 50. Lebensjahr sind darum bei fast allen Menschen optische Hilfsmittel notwendig, um dieses schwächer werdende Nahsestellungsvermögen auszugleichen. Weiter führen Alterungsprozesse am Auge wie zunehmende Trübungen der brechen-den Medien (Hornhaut, Kammerwasser, Augenlinse und Glaskörper) zu mehr Streu-ung des einfallenden Lichts, was wiederum zu erhöhter Lichtempfindlichkeit bei gleich-zeitig reduziertem Kontrastsehen führt. Alterskorrelierte Augenerkrankungen wie der Graue oder der Grüne Star entwickeln sich langsam und schmerzfrei und bleiben daher oft lange un bemerkt.

Physiologisch bedingte Glaskörperab-hebungen belasten nun zunehmend das fragile Netzhaut-Glaskörper-Gefüge. Krankhafte Netzhautdegenerationen bei mittleren bis höheren Kurzsichtigkeiten (Myopien) werden nun immer häufiger und gravierender. Sie führen über die Zeit zu signifikanten Sehschwächen oder gar zur Erblindung (2). Allgemeinerkrankungen wie hoher Blutdruck oder Diabetes verän-dern die Netzhautgefässe im Laufe der vergangenen Jahrzehnte und hinterlas-sen Einlagerungen, Schwachstellen oder zerstörerische sklerotische Veränderun-gen in der Netzhaut. Zudem können mit zunehmendem Alter vermehrt weitere allgemeine körperliche oder psychologi-sche Erkrankungen auftreten, welche die Sehkraft entweder direkt oder indirekt, beispielsweise durch eine Medikamenten-einnahme, beeinflussen können.

Aufgrund all dieser mehr oder weniger natürlichen und sehr häufigen Verände-rungen des zunehmenden Alters gilt die gut gemeinte Empfehlung, ab dem 40. Le-



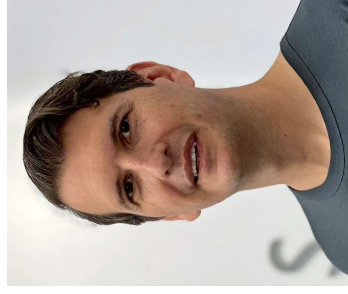
Dr. Michael Bärtschi.



Yasna Glauser.



Marc Fankhauser.



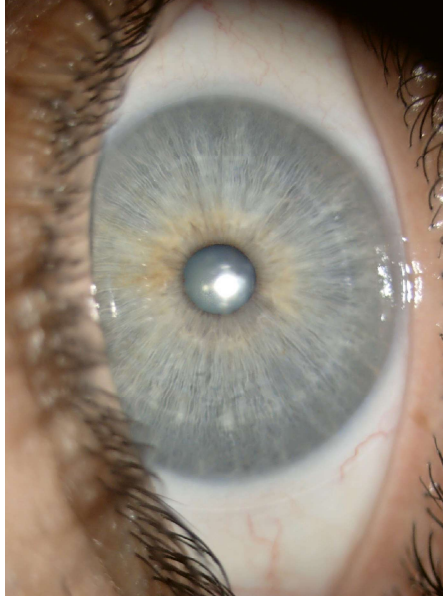
Mike Wyss.



Eva Neuenschwander.



Janine Kummer.



Multifokale Silikon-Hydrogel Kontaktlinse in situ.

bensjahr die Augen regelmässig von einer versierten Fachperson der Ophthalmolo-gie oder Optometrie vorsorglich auf Ver-änderungen untersuchen zu lassen. Mit einer einfachen Brillenglasbestimmung ist diesen Menschen nicht mehr genug geholfen.

### Worauf sollte man in der Anamnese und der Beratung beim presbyopen Patienten/Kunden besonders achten?

(Marc Fankhauser)

Bei der Anamnese befrage ich meine Kun- den gerne zu ihren aktuellen Gewohnheiten mit dem bisher verwendeten Hilfsmittel. Dies lautet dann in etwa wie folgt:  
Was für eine Lösung/Sehhilfe brauchen Sie aktuell? Haben Sie eine Gleitsichtbrille,

eine Arbeitsbrille, eine Lesebrille und eine Fernbrille?

Wünschen Sie eine Lösung für die Freizeit, fürs Arbeiten oder eine Multifunktions-lösung für alles?

Wie steht es um Ihren Gesundheitszustand? Diabetes, Bluthochdruck, Cholesterinwerte? Ernähren Sie sich ausgewogen?

Somit ist die Thematik eröffnet und der Kun-de realisiert bereits, dass es sich um eine etwas breiter gefasste und individuellere Angelegenheit handelt und wohl nicht in fünf Minuten bereits erledigt ist.

Für die einen bedeutet scharfes Sehen, am Arbeitsplatz den einen oder mehrere Bildschirme auf 60 bis 100 cm Abstand zu

betrachten. Für die anderen bedeutet es Arbeiten am Laptop auf 50 cm oder an einem Tablet und Smartphone von 35 bis 40 cm Weite. So unterschiedlich diese Bedürfnisse sind, so unterschiedlich sind die Bedürfnisse unserer Kunden. Daher ist es wichtig, in der Anamnese auf diese persönlichen Wünsche einzugehen und diese für die spätere Beratung aufzunehmen.

In der Beratung zeige ich gerne die verschiedenen Möglichkeiten mit den Vor- und Nachteilen auf. Denn jedes System hat seine Eigenheiten. So ist der Kunde informiert und passt gegebenenfalls seine Erwartungshaltung an. Es ist super, wenn eine Linse alle Wünsche erfüllt. Dabei gilt aber zu beachten und auch zu erklären, dass es manchmal nicht mit einer einzigen Einstellung möglich ist. Ungerne gehe ich bei der Anpassung von multifokalen Systemen Kompromisse ein; das wollen auch die Kunden nicht, und daher braucht es manchmal zwei verschiedene Einstellungen, um den Wünschen gerecht zu werden. Ähnlich wie bei Gleitsichtbrillen, welche oftmals am Bildschirm auch nicht die perfekte Lösung darstellen, kann eine zusätzlich angepasste Arbeitsbrille das Dilemma lösen.

Nicht zu unterschätzen ist die Neuroadaptation an die multifokalen simultanen Systeme. Diese kann nur mässig beeinflusst werden und braucht manchmal viel Geduld. Dabei hilft es, dem Gegenüber zu erklären, dass auch die Presbyopie selbst ein langsamer Prozess ist und die

Linienanpassung manchmal auch eine gewisse Zeit beansprucht. Für beide Seiten.

Leider funktioniert ein presbyopes Kontaktlinsensystem hin und wieder nicht, sodass es gut ist, wenn der Kunde über mögliche weitere optische Alternativen informiert wird.

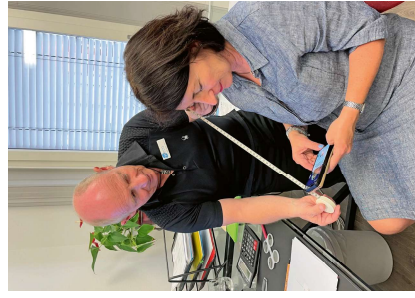
Auch informiere ich die Kundschaft gerne über den nützlichen Vergrösserungseffekt einer klassischen Lesbrille und füge hinzu, dass eine Kontaktlinse einen solchen Effekt nicht bewirken kann. Denn diese sitzt bekanntlich direkt vor der Hornhaut und dadurch fällt ein vergrössernder Effekt leider weg. Gerne dürfen meine Kunden eine schwache Lesbrille als zusätzlichen «Booster» zu ihren multifokalen Kontaktlinsen tragen, wenn es denn notwendig sein sollte. Somit ergibt sich nebst der grossen Freiheit des Sehens auf alle Distanzen mit den Kontaktlinsen während der grossen Mehrheit des Tages, noch ein willkommener Vergrösserungseffekt durch die unterstützende Lesbrille, welche z. B. bei zu schwacher Beleuchtung, beim heiklen Nadelöhr-einfädeln oder beim Entfernen eines Holzsplitters erwünscht ist.

Das Anpassen und Beraten von multifokalen Kontaktlinsen ist eine Kunst. Eine Kunst der Anpassetechnik, aber auch eine Kunst der Psychologie und der Empathie, um den Kunden ehrlich zu zeigen, was alles möglich ist, und wo es natürliche Limitationen gibt.

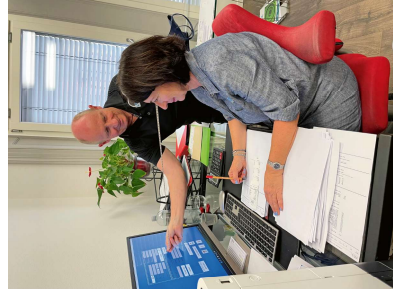
**Welche kontaktoptischen Systeme haben sich in der Praxis am besten bewährt? (Milke Wyss)**

Ein einziges kontaktoptisches System über alle anderen zu stellen ist schlicht nicht möglich. Dazu sind die jeweiligen Bedürfnisse und Wahrnehmungen der Patienten einfach zu unterschiedlich. Ich würde sogar so weit gehen, zu behaupten, dass es kein grundsätzlich schlechtes System auf dem Markt gibt. Die Kunst der Versorgung presbyoper Patienten ist es, zusammen das für die aktuelle Lebenssituation individuell zugeschnittene bestpassende Presbyopie-Management zu erarbeiten. Dazu ist es absolut essenziell, sich mit den möglichen kontaktoptischen Systemen und deren Vor- und Nachteilen auszukennen.

In meiner täglichen Arbeit zeigt sich, dass Monovision und deren Vielzahl an möglichen Modifikationen bei jedem fünften Patienten erfolgreich ist. Nicht etwa aus Mangel an Alternativen, sondern schlicht und einfach, weil es für diese Personengruppe wirklich die beste Wahl darstellt. Gerade bei ausgeprägten Augenformanzen aufgrund hoher Ametropien, Anisometropien, von hohem Astigmatismus oder binokularen Auffälligkeiten ist eine Monovision oft ein Segen. Diese Patienten haben öfters ihre liebe Mühe mit einer Gleitsichtbrille, welche ein hohes Mass an binokularem Zusammenspiel fordert. Eine äusserst beliebte Ergänzung zur Monovision ist eine Fernbrille zum Autofahren, welche das Nahauge ebenfalls in die Ferne korrigiert.



Praxisnahe Ausmassen der Lesedistanz zum Mobiltelefon.

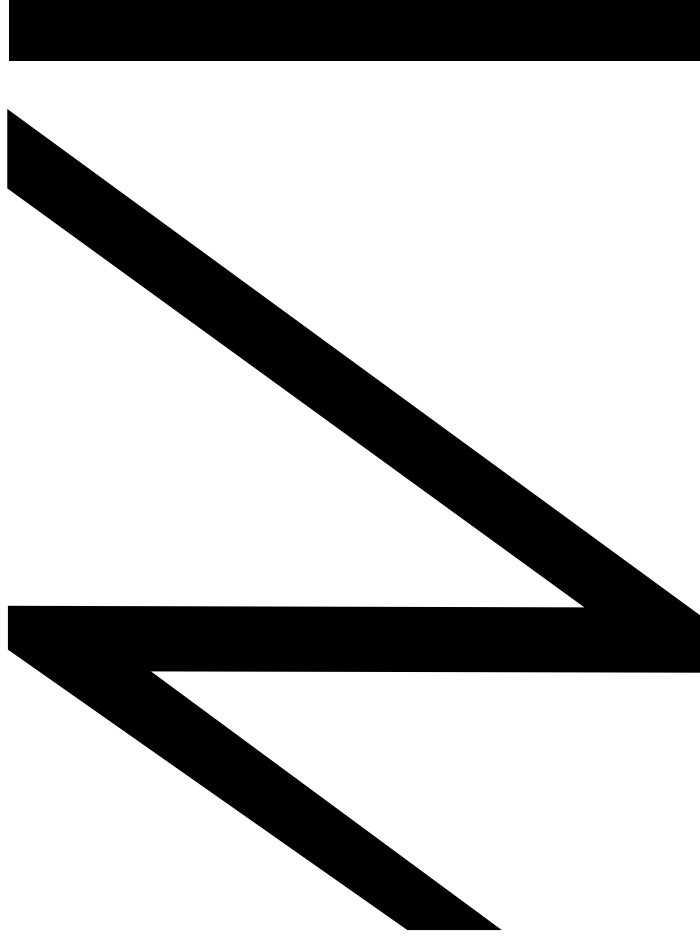
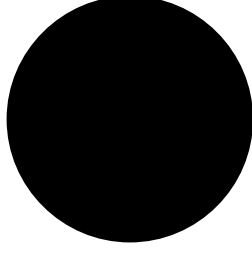


Praxisnahe Ausmassen der verschiedenen Computer-Sehdistanzen am effektiven Arbeitsplatz.



Monokularer und binokularer Feinabgleich für die optimale Sehbalance am effektiven Arbeitsplatz.

# Brillengläser aus der Schweiz. Mit Liebe fürs Detail.



**optiswiss®**  
original since 1937

