

67/07.10.2025

## **ÖÄK-Appell zum Welttag des Sehens: Das hohe Gut „Sehen“ durch Vorsorge schützen!**

### **Vorsorgeuntersuchungen können Augenerkrankungen vermeiden. Rechtzeitiges Handeln zählt.**

„Frühzeitige Diagnose von Augenerkrankungen ermöglicht eine wirksame Behandlung und kann sogar vermeidbare Erblindung verhindern, nutzt Peter Gorka, Augenarzt und Fachgruppenobmann für Augenheilkunde und Optometrie in der Österreichischen Ärztekammer (ÖÄK), den Welttag des Sehens am 9. Oktober, um einmal mehr auf die Bedeutung der Früherkennung aufmerksam zu machen. Auch eigene präventive Maßnahmen und ein gesunder Lebensstil seien wichtige und wirksame Mittel, um das Risiko von Erkrankungen zu senken.

„Die Zahl der Menschen mit Seheinschränkungen steigt. In Österreich gibt es über 3.000 blinde und rund 300.000 sehbehinderte Menschen“, weist Gorka auf die Brisanz des Themas hin. Durch die wachsende Lebenserwartung sei eine weitere Steigerung zu erwarten, da viele Augenkrankheiten altersbedingte Ursachen hätten. Genetische Faktoren oder Gefäßkrankheiten würden Erkrankungen ebenfalls begünstigen. „Grauer Star (Katarakt), Grüner Star (Glaukom), altersbedingte Makuladegeneration (AMD) und die durch Zuckerkrankheit ausgelöste diabetische Retinopathie (Netzhautschädigung) sind Erkrankungen, die bei Erwachsenen häufig vorkommen. Kinder und Jugendliche wiederum leiden oft an Schielen, Schwachsichtigkeit (Amblyopie) und Kurzsichtigkeit (Myopie)“, berichtet Gorka aus der Praxis.

### **Rechtzeitig zur Vorsorgeuntersuchung**

Symptome von Erkrankungen könnten verschwommenes Sehen, plötzliche Verschlechterung der Sehschärfe, Sehfeldverlust oder Schmerzen sein. „Viele Augenerkrankungen verursachen aber lange Zeit keine spürbaren Symptome und können daher nur durch regelmäßige Untersuchungen rechtzeitig erkannt werden“, betont Gorka. „Bis zum 10. Lebensjahr - oft auch weit darüber hinaus - ist die Erkennung von Fehlsichtigkeiten, insbesondere einer hohen Weit- und einer schnell fortschreitenden Kurzsichtigkeit, nur unter Anwendung muskelentspannender Augentropfen möglich.“ Heutzutage seien schon ab der Geburt jährliche augenärztliche Kontrollen empfohlen und würden auch von der Krankenkasse lebenslang unterstützt.

„Eine optimale Möglichkeit der Früherkennung bieten Fachärzte für Augenheilkunde und Optometrie mit der augenärztlichen Vorsorgeuntersuchung. Unter Einsatz modernster Technik bekommt man hier sichere Diagnostik – und das flächendeckend und auf höchstem medizinischem Niveau.“ Ersatzweise könne man bei modernen Augenoptikern inzwischen auch medizinische Check-ups unter ärztlicher Anleitung durchführen lassen, allerdings sei der Leistungsumfang hier geringer und für Kinder seien die Check-ups ungeeignet. „Für fast alle Seherkrankungen gibt es heute auch wirksame Behandlungsmöglichkeiten: Von Medikamenten und Augentropfen über Lasertherapien und operativen Eingriffen bis zur Anpassung von Sehhilfen“, erklärt Gorka.

### **Eigenverantwortung zählt**

Man könne selbst aber auch viel tun, um das Risiko einer Augenerkrankung zu senken. „Regelmäßige Bewegung und Spaziergänge fördern die Durchblutung des Sehnervs und senken den Augeninnendruck. Gesunde Ernährung mit viel frischem Obst und Gemüse liefert wichtige Nährstoffe für die Augen.“ Zudem schütze der Verzicht auf Nikotin und Alkohol die Gefäße und damit die Augengesundheit. Und auch Erholungspausen von der Bildschirmarbeit seien für die Augen essenziell. „Für Kinder, insbesondere wenn die Eltern kurzsichtig sind, gilt: Zwei Stunden tagsüber Aufenthalt unter freiem Himmel, Nahabstand beim Lesen nicht unter 30 cm und Vermeiden nicht notwendiger Bildschirmzeit (Handy!)“, streicht Gorka abschließend hervor.