

Was ist Myopie?

Myopie ist der medizinische Begriff für Kurzsichtigkeit. Bei diesem Augenfehler wird das Licht vor der Netzhaut fokussiert, also nicht auf ihr. Dieser Zustand ist auf einen zu langen Augapfel oder eine zu starke Krümmung der Augenlinse zurückzuführen und führt zu verschwommener Sicht in der Ferne. Nahe gelegene Objekte werden scharf gesehen.

Worauf ist Kurzsichtigkeit zurückzuführen?

Erbliche Faktoren steuern oft das Wachstum und die Entwicklung des Auges, doch auch Umweltfaktoren können einen starken Einfluss haben.

Weshalb ist es wichtig, die Kurzsichtigkeit zu „managen“?

Im Allgemeinen gilt, dass die Kurzsichtigkeit mit der Zeit stärker wird. Hohe Kurzsichtigkeit ist außerdem mit einem deutlich höheren Risiko für Augenerkrankungen wie grüner Star, Netzhautablösung, myopische Makuladegeneration und grauer Star im späteren Leben verbunden. Diese Erkrankungen führen zu Sehbehinderungen bis hin zur Erblindung.

Was verursacht die Entwicklung und das Fortschreiten der Kurzsichtigkeit?

Genetische Faktoren, individuelle Lifestyle-Faktoren und die Umwelteinflüsse.

Wie wird sich die Kurzsichtigkeit auf mein tägliches Leben auswirken?

Die meisten Menschen haben keine Schwierigkeiten, sich an das Tragen von Brillen oder Kontaktlinsen zu gewöhnen. Wer das Gefühl hat, dass eine Brille sein Image beeinträchtigt oder seine Aktivitäten stört, kann mit Kontaktlinsen, Orthokeratologie oder refraktiver Chirurgie seinen Lebensstil besser mit seinen Sehbedürfnissen in Einklang bringen.

Wie kann ich den Fortschritt meiner Kurzsichtigkeit verlangsamen?

Das Myopie-Management ist ein Wissenschaftsbereich, der sich der Verlangsamung des Fortschreitens der Kurzsichtigkeit bei Kindern und Jugendlichen widmet. Folgende Tabelle zeigt eine Zusammenstellung der verschiedenen Systeme und ihrer Wirkungsraten.

Art der Sehkorrektur	Verlangsamung des Fortschreitens der Kurzsichtigkeit
Normale Brillen und Standard-Kontaktlinsen	0 - 5 %
Progressive/bifokale Brillen	12 - 55 %
Weiche Kontaktlinsen (multifokale und EDOF)	29 - 45 %
Orthokeratologie	32 - 100 %
Atropin	30 - 77 %, starker Rebound-Effekt nach Absetzen des Atropins auf max 30%

Kann eine ansteigende Kurzsichtigkeit auch erst später, im Jugendalter oder im Erwachsenenalter beginnen?

Es gibt Hinweise darauf, dass Kurzsichtigkeit in der Kindheit und im jungen Erwachsenenalter auftreten und/oder fortschreiten kann. Die hängt meist mit verstärkter Arbeit in der Nähe (Lesen) zusammen und tritt häufig im Wechsel zur Grundschule auf.

Ist die progressive Kurzsichtigkeit immer „progressiv“?

Die Erfahrung zeigt, dass sich selbst hohe Stärken der Kurzsichtigkeit bei den meisten Menschen nach einer längeren Zeit stabilisieren. Noch ist jedoch nicht klar, wann dieser Stabilisierungs-Endpunkt bei jeder Einzelperson zu erwarten ist.

Wann ist eine Stabilisierung der progressiven Kurzsichtigkeit zu erwarten?

Meist endet das Fortschreiten der Kurzsichtigkeit mit dem Erreichen des Erwachsenenalters, was in der Regel mit dem Zeitpunkt des Endes des körperlichen Wachstums zusammenfällt. Deshalb sagen wir generell, dass die Kurzsichtigkeit meist bis zum Universitätsalter fortschreitet, aber wir beobachten auch, dass sie bei einigen Menschen noch nach dem 30. Lebensjahr zunimmt.

Kann das Myopie-Management mit weichen Kontaktlinsen kurzsichtigen Kindern/Jugendlichen helfen?

Ja. Mehrere Studien zeigen, dass neben der Korrektur und Steuerung des Verlaufs der Kurzsichtigkeit Kinder und Jugendliche, die Kontaktlinsen tragen, ihre Lebensqualität in Bezug auf ihr Aussehen und ihre Zufriedenheit mit der Sehkorrektur besser bewerten. Hier gilt zu beachten, dass Myopie-Management immer auch eine Verhaltensänderung der betreffenden Person benötigt.

Wer ist ein guter Kandidat?

Derzeit kommen Kinder für das Myopie-Managementsystem in Frage, wenn ihre Kurzsichtigkeit zu schnell fortschreitet (d.h. mehr als -0,50 Dioptrien pro Jahr). Das Risiko eines Fortschreitens der Kurzsichtigkeit sollte vom Augenarzt oder Augenoptiker beurteilt werden. Hier gilt ein Grundsatz: je früher desto besser!

Wie alt sollte das Kind/der Jugendliche sein, um mit dem Tragen von weichen Kontaktlinsen für das Myopie-Management zu beginnen?

Sobald das Kind seine Kontaktlinsen selbstständig einsetzen und auch wieder aussetzen kann. Hin und wieder ist bei unter 6-jährigen Kindern zum Beispiel ist noch die Unterstützung und das Mitwirken der Eltern notwendig.

Es wird empfohlen, damit zu beginnen, wenn die Progression der Kurzsichtigkeit im letzten Jahr -0,50 Dioptrien überschritten hat.

In welchem Alter sollte mein Kind/Jugendlicher das Myopie-Management beenden?

Es gibt kein spezifisches oder festgelegtes Alter für die Beendigung der Behandlung. Diese hängt von der individuellen Myopie-Progression des Kindes oder Jugendlichen ab. Der Augenarzt/ Augenoptiker wird die Entwicklung der Kurzsichtigkeit in jedem Fall beurteilen und (je nach Grad und den möglichen Risiken) entscheiden, ob es notwendig ist, das Myopie-Management einzustellen.

Wie viele Begleituntersuchungen sind notwendig, um den Verlauf der Kurzsichtigkeit zu kontrollieren?

Normalerweise sollte ein kurzsichtiges Kind mit mäßigem Risiko alle sechs Monate kontrolliert werden, um das Fortschreiten der Kurzsichtigkeit zu überprüfen. Der Augenarzt / Augenoptiker legt die Häufigkeit fest. Ein drei- bis sechsmonatiger Begleituntersuchungsplan ist ideal, um die Kurzsichtigkeit zu managen und sicherzustellen, dass das Tragen der Kontaktlinsen keine Gesundheitsprobleme verursacht.

Wie sicher ist das?

Der Einsatz von Myopie-Management-Kontaktlinsen ist bei richtiger Handhabung durch Kinder und Eltern sehr sicher. Lediglich eine gute Pflege und Handhabung der Linsen ist unerlässlich, um die Gesundheit der Augen zu erhalten und das Risiko von Augeninfektionen zu verringern. Darüber hinaus besteht im Vergleich zu erwachsenen Trägern bei Kindern kein erhöhtes Komplikationsrisiko im Zusammenhang mit weichen Kontaktlinsen. Bevor ihr Kind Kontaktlinsen vom Anpasser erhält, wird er Sie und Ihr Kind mit allen Aspekten des Tragens vertraut machen, damit Ihr Kind sie erfolgreich selbstständig verwenden kann.

Wie erfolgreich sind Myopie-Management- Kontaktlinsen? Wie viel Reduktion der Progression der Kurzsichtigkeit können Sie mit den Myopie-Management-Kontaktlinsen erwarten?

Optische Behandlungsstrategien wie mit weichen Kontaktlinsen haben nachweislich einen moderat verringernden Einfluss auf das Wachstum und die refraktive Entwicklung der Augen um 30 - 40 % (0,25 bis 0,50 D pro Jahr). Tatsächlich ist diese Option eine der effektivsten Möglichkeiten der Steuerung des Fortschreitens der Kurzsichtigkeit. Mit dieser Behandlung bezwecken wir letztendlich, zu vermeiden, dass Ihr Kind in Zukunft eine höhere Kurzsichtigkeit entwickelt, die zu Sehbehinderungen führen könnte.

Wie viele Stunden muss mein Kind Kontaktlinsen tragen, um eine Wirkung auf die Entwicklung der Kurzsichtigkeit zu erzielen?

Im Allgemeinen werden mehr als 8 Stunden an mindestens 5 Tagen der Woche empfohlen. Ein besseres Ergebnis ist bei dauerndem Tragen während der Wachstunden an 7 Tagen pro Woche zu erwarten.

Wie kann diese Behandlung die täglichen Aktivitäten meines Kindes beeinflussen?

Es sind keine negativen Auswirkungen auf die normalen Aktivitäten der Kinder zu erwarten. Es wurden jedoch im Vergleich zum Brillentragen positive Auswirkungen auf die Lebensqualität (besseres Aussehen, mehr Zufriedenheit, gute Auswirkung auf Aktivitäten, freieres Verhalten und bessere Wahrnehmung durch Gleichaltrige) dieser Kinder/Jugendlichen berichtet.

Was können wir als Eltern tun, um die Kurzsichtigkeit unseres Kindes zu verlangsamen?

Umweltfaktoren spielen eine entscheidende Rolle bei Beginn und Verlauf der Kurzsichtigkeit. Folgende Strategien werden hilfreich sein:

- Ihr Kind sollte mindestens 90 Minuten pro Tag im Freien verbringen. Dabei geht es um die Vorteile der Helligkeit des natürlichen Sonnenlichts, im Gegensatz zur UV-Strahlung, so dass trotzdem Sonnenschutzmaßnahmen angebracht sind.
- Regelmäßige Pausen von Aktivitäten in Augennähe. Immer wieder einmal für eine Minute oder mehr in die Ferne zu schauen, oder solche Aktivitäten nur 30 bis 60 Minuten lang zu praktizieren hilft, eine Überanstrengung des Sehsystems zu vermeiden.
- Begrenzung der Nahsichttätigkeiten (nach der Schule/Arbeit) auf 2 Stunden pro Tag. Das gilt auch für die Freizeit - stellen Sie sicher, dass Ihr Kind nicht zu viel Zeit mit mobilen Digitalgeräten oder anderen Nahsichttätigkeiten wie Lesen und Zeichnen verbringt.
- Sicherstellung eines Gleichgewichts zwischen Wochenendzeit drinnen und draußen, und Erhöhung der natürlichen Beleuchtung.

Muss das Kind nach dem Tragen von MYLO eine Brille tragen?

Ja, weil diese wie normale Kontaktlinsen wirken. Wenn diese Kontaktlinsen nicht mehr getragen werden, ist eine andere Art der Sehkorrektur notwendig.

Können diese Linsen meine Augen beschädigen?

Nein, sicherlich nicht, wenn Sie während der Behandlung die Anweisungen Ihres Augenarztes befolgen. Die Verwendung von Kontaktlinsen ist sicher, wenn sie richtig gepflegt und gereinigt werden.

Kann mein Kind diese Linsen verwenden, auch wenn es stark kurzsichtig ist?

Ja, diese Kontaktlinsen werden mit einem großen Stärkenbereich (bis zu -15 D) hergestellt.

Kann mein Kind diese Linsen verwenden, wenn es außer Kurzsichtigkeit auch eine Hornhautverkrümmung hat?

Ja, aber nur, wenn die Kurzsichtigkeit geringer als -0,75 oder -1,00 D ist.

Wie stark wird die Kurzsichtigkeit zunehmen?

Das hängt von der Genetik des Patienten, seinen individuellen Eigenschaften und seiner Umgebung ab.

Kann mein Kind aufgrund des frühzeitigen Gebrauchs eine Kontaktlinsenintoleranz entwickeln?

Wir können eine Unverträglichkeit gegenüber Kontaktlinsen nicht im Voraus vorhersagen.

Was kann passieren, wenn kein Myopie-Management angewendet wird?

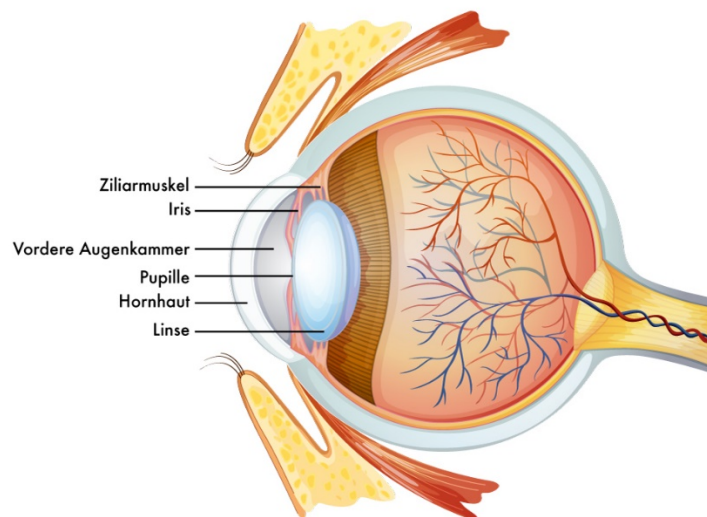
Wenn das Kind Gefahr läuft, Kurzsichtigkeit zu entwickeln, wird sie steigen und damit auch das Risiko, Komplikationen zu entwickeln, die die Sicht ernsthaft beeinträchtigen.

Ist ein operiertes Auge weiterhin kurzsichtig?

Wenn sich der Kunde, sobald er stabil und alt genug ist, einer Refraktionsoperation unterzieht, ist es wichtig, nicht zu vergessen, dass der Rest der Augenstrukturen kurzsichtig bleibt. D.h., es kann weiterhin zu einer Netzhautablösung oder myopischen Makuladegeneration, zu einem Glaukom oder auch zu Grauem Star vor dem dafür üblichen Alter kommen.

Kann eine Kontaktlinse hinter das Auge rutschen?

Nein, eine Kontaktlinse kann nicht hinter das Auge rutschen. Wenn der Verdacht besteht, dass die Linse unter das Oberlid gerutscht ist, kann es helfen, sie wieder zum Vorschein zu bringen, indem man so weit wie möglich nach unten blickt. Eine andere Methode ist eine sanfte Massage durch das Augenlid in Richtung Hornhaut oder das Anheben oder „Hochklappen“ des Augenlids, um die Linse sichtbar zu machen. Wie im Bild zu ersehen, ist der Bereich hinter dem Auge voller Muskeln, Nerven und Orbitalfett, so dass dort keine Kontaktlinse hineingleiten kann.



Sind Kontaktlinsen schwer sauber zu halten?

Das ist nicht schwierig, sobald man etwas Übung hat. Für Kontaktlinsenträger ist es am besten, die Linsen vor dem Duschen, Schwimmen oder Baden herauszunehmen. Kontaktlinsen sollten

niemals in normalem Wasser gespült oder aufbewahrt werden. Man sollte sich vor jedem Handhaben seiner Linsen gründlich die Hände waschen und abtrocknen. Füllen Sie den Kontaktlinsenbehälter niemals mit Wasser, sondern immer mit Reinigungslösung, die eine Kontamination der Linsen mit wasserbasierten Keimen wie Akanthamoeben zu vermeiden.

Können eingesetzte Kontaktlinsen reißen?

Das ist selten, aber es könnte passieren. Die Augen sind so aufgebaut, dass nichts hinter den Augapfel gelangen kann. Aber eine Kontaktlinse kann trotzdem einmal einfach verschwinden. Spülen Sie das Auge dann mit Kochsalzlösung, um die Linse wieder zum Vorschein zu bringen. Hat das nicht funktioniert? Dann stellen oder legen Sie einen Spiegel auf den Tisch und schauen Sie in Ihr Spiegelbild. So ist es einfacher, die Linse wiederzufinden und aus dem Auge zu nehmen. Das passiert äußerst selten.

Kann mein Kind Allergien bekommen?

Ja, leider sind allergische Bindehautentzündungen bei Kindern häufiger als bei Erwachsenen. Ein rotes Auge kann das Ergebnis einer kontaminierten Linse oder Ausdruck einer Allergie gegen die Kontaktlinsenlösung sein. Wenn die allergische Reaktion auf die Kontaktlinsenlösung zurückzuführen ist, kann der Augenarzt Ihnen sagen, welche andere Pflegemittel besser geeignet ist.

Ist Kurzsichtigkeit für immer?

Ja.

Muss ich mein Leben lang Brillen oder Kontaktlinsen tragen?

Normalerweise ja, außer wenn Sie sich operieren lassen, aber erst wenn Sie älter sind.

Können Kontaktlinsen Schmerzen erzeugen?



Sie tun nur dann weh, wenn etwas nicht in Ordnung ist. Entfernen Sie die Kontaktlinsen in diesem Fall so schnell wie möglich und prüfen Sie, ob Sie sie nicht falsch herum eingesetzt haben. Ist das nicht die Ursache, sollten Sie Ihren Augenarzt konsultieren.

Sind Kontaktlinsen schwer einzusetzen oder zu entfernen?



Das ist nicht schwierig, sobald man etwas Übung hat. Hierbei wird das Kind vom Anpasser so lange unterstützt, bis das ein- und aussetzen ohne Probleme funktioniert.

Kann ich sie auch im Schwimmbad tragen?

Ja, weiche Kontaktlinsen können im Schwimmbad mit einer Schwimmbrille getragen werden.

Kann ich mit ihnen Sport treiben?

Ja, ohne Bedenken. Damit haben Sie beste Sicht mit vollem Sichtfeld und laufen nicht Gefahr, dass die Brille hinunterfällt oder von einem Ball getroffen wird. Kontaktlinsen sind für sportliche Aktivitäten viel besser geeignet als jegliche Brille.

Darf ich mir die Augen reiben?

Das sollten Sie lieber nicht tun, da sich die Kontaktlinse verschieben (was zu einem unangenehmen Gefühl führt) oder sogar reißen könnte. Sollte Ihr Auge jedoch allzu sehr jucken, können Sie es ohne Gefahr sanft reiben.

Kann ich meine Kontaktlinsen verlieren?

Ja, man kann schon einmal eine Kontaktlinse verlieren, aber häufig kommt das nicht vor.