

Die Linse, die nachts nicht schläft

Unter den Kontaktlinsen gibt es ein Wunderkind: Nachtlinsen.

Raymond E. Wälti, eidg. dipl. Augenoptiker und Optometrist, kommt ins Schwärmen, wenn es um die kleinen Nachtarbeiter geht.

«Nachtlinsen, das ist mein Lieblingsthema», sagt **Raymond E. Wälti**, Inhaber des Spezialgeschäfts Optilens in Thun (BE). Was tönt wie in einem Märchen, ist das Resultat jahrelanger Forschung, deren Anfang in den USA der Sechzigerjahre zu suchen ist. Nachtlinsen werden mindestens vier Stunden pro Nacht getragen, und während dieser Zeit verrichten die speziellen Kontaktlinsen ihre Arbeit. Während der Linsenträger schläft, beeinflussen sie die oberflächlichen Hornhautzellen durch mechanisch-physikalischen Druck bzw. Sog so, dass die Augen tagsüber scharf sehen. Und das funktioniert folgendermassen: Dank modernster Messgeräte ist die Hornhautoberfläche präzise messbar. Mit einem sogenannten Keratografen kann man die Augenoberfläche an 22 000 Punkten ablesen und exakt dokumentieren. «Wir können aufgrund dieser Daten berechnen, welche Form die Linse haben muss, damit sie die optimale Korrektur am Auge vornehmen kann», so Wälti, «diese spezifische Wölbung kommt auf die Innenseite der Kontaktlinse, quasi als Negativabbildung, und bringt so während der Nacht die Zellen in die richtige Form.» Wichtig dabei ist der Tränenfilm, der zwischen Linse und Auge liegt: «Dadurch entsteht ein Sog, der die Zellen der Hornhaut geplant verformt.»

Nachtlinsen basieren im Prinzip auf derselben Idee wie die Laseroperation. «Bei einer Laseroperation wird die Form der Hornhaut durch Verdampfen des Gewebes verändert», erklärt der Linsenspezialist, «wir machen dies anders, wir modellieren die Zellen durch die Sogwirkung unter der Linse, sodass der Nachtlinsen-Träger tagsüber korrekt sieht.» Zudem hat die Forschung einen zusätzlichen Vorteil von Nachtlinsen entdeckt: «Diverse Studien, die in den letzten Jahren durchgeführt wurden, haben festgestellt, dass das Tragen von Nachtlinsen das Fortschreiten der Kurzsichtig-

keit stoppt. Dies darum, weil Nachtlinsen die Kurzsichtigkeit harmonisch über die gesamte Fläche der Netzhaut korrigieren», erklärt Wälti, «dadurch entsteht für das Auge weniger Bedarf zu Längenwachstum, was die Kurzsichtigkeit stabilisiert.» Da stellt sich die Frage, wieso nicht alle Kurzsichtigen Nachtlinsen tragen? «Nachtlinsen sind immer noch relativ unbekannt, man traut der Sache nicht so ganz», weiss Raymond Wälti. Er selber ist begeistert und rät Interessierten, sich Zeit für eine Fachberatung zu nehmen.

Kontaktlinsen über Kontaktlinsen

Eine Brille setzt man auf die Nase, wenn man sie braucht. Bei Linsen ist die Feinabstimmung und Einsatzvielfalt grösser. Neben Nachtlinsen gibt es Dauertragelinsen, Multifokallinsen, Tageslinsen, Speziallinsen. Im Folgenden die Vor- und Nachteile verschiedener Angebote.

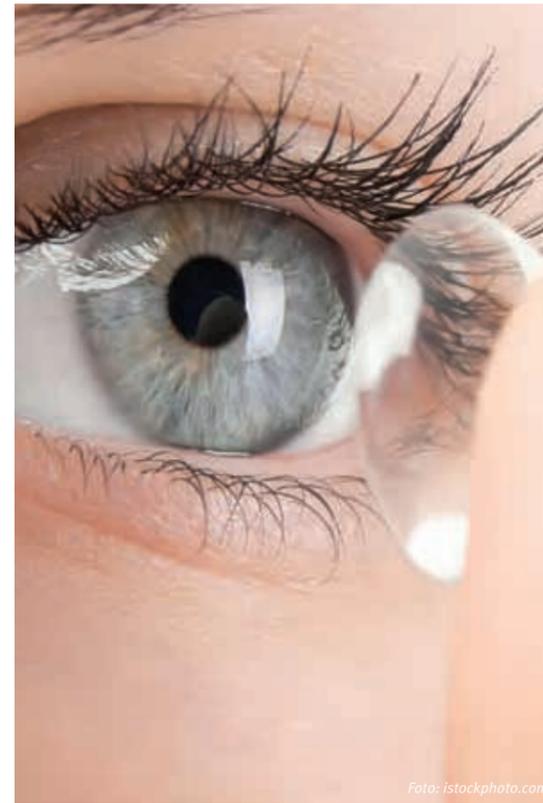
Vorteile von Nachtlinsen: Der Vorgang ist reversibel, wer – aus welchen Gründen auch immer – wieder zurück zur Brille will, «setzt» die Nachtlinsen ab und «sieht nach zwei, drei Wochen wieder so schlecht wie zuvor», lacht Wälti. Ein weiterer Vorteil der Nachtlinsen: Wenn man nachts aufstehen muss, sieht man auf Anhieb scharf.

Nachteile: Man muss die Nachtlinsen immer, also praktisch jede Nacht, tragen, denn die Linsen bringen die Augenoberfläche zwar in die richtige Form, aber nur für maximal zwei Tage. Dann müssen die Linsen wieder eingesetzt werden.

Für wen geeignet: Nachtlinsen sind für Menschen geeignet, die keine Brille tragen wollen. Zu Wältis Kundschaft gehören Menschen, die beruflich Staub und trockener Luft ausgesetzt sind, sowie viele Sportler. Gerade für Triathleten, die hintereinander Velo fahren, schwimmen und joggen, sind weder Brillen noch Linsen angenehm. Auch Kletterer setzen gerne auf Nachtlinsen.

Gut zu wissen

Bereiten Sie sich auf die Fragen Ihrer Kunden vor: **Die Augen** stehen auch im *Drogistenstern* vom Oktober im Zentrum.



Tageslinsen, Nachtlinsen, Dauertrag- oder multifokale Linsen: Für beinahe jedes Auge und alle Ansprüche gibt es inzwischen die ideale Kontaktlinse.

Oder junge, stark kurzsichtige Mütter, die nachts stillen müssen und tagsüber mit dem Baby nicht gerne eine Brille tragen, schätzen Nachtlinsen.

Dauertragelinsen

Vorteile: Man trägt sie eine Woche am Stück. Nach einer Woche wechselt man die Linsen aus hygienischen Gründen aus. Man sieht zu jeder Tages- und Nachtzeit perfekt.

Nachteile: Das Abschminken mit Dauertragelinsen im Auge ist etwas anspruchsvoller. Zudem müssen die Linsen nach dem Schwimmen und bei Erkältungen abends entfernt werden.

Für wen geeignet: Es gibt Menschen, die sich unwohl oder unsicher fühlen, wenn sie am Morgen aufstehen und nicht klar sehen. Wie bei den Nachtlinsen gibt es auch unter der Dauertragelinsen-Kundschaft junge Mütter mit hoher Fehlsichtigkeit, die sich wohler fühlen, wenn sie nachts, wenn das Baby weint, nicht noch die Brille suchen müssen. Dauertragelinsen werden aber auch von Leuten geschätzt, die Pikett haben. Vor allem, wenn sie nachts phasenweise schlafen dürfen, aber bei Alarm sofort bereitstehen müssen. Auch Männer im Militär greifen gerne zu Dauertragelinsen, wenn die Unterkunft oder die hygienischen Verhältnisse eine optimale Reinigung der Tageslinsen nur schwer zulassen. Dauertragelinsen sind auch eine Lösung auf Reisen, wo die Reinigung schwierig ist. Raymond Wälti empfiehlt Dauertragelinsen auch Personen, die sich schwertun mit einer regelmässigen und korrekten Reinigung der Kontaktlinsen.

Multifokale Linsen

Mit zunehmendem Alter sehen sich viele Menschen damit konfrontiert, dass sie eine Brillenkorrektur für nah und fern brauchen, damit aber nur schwer klarkommen. «Für diese Kundschaft können multifokale Linsen möglicherweise eine Lösung sein», sagt Raymond Wälti.

Besonderheit: Multifokale Linsen gibt es in drei unterschiedlichen Varianten.

Das alternierende System: Die Linse ist im oberen Teil in die Weite, im unteren Teil in die Nähe korrigiert, analog zur Gleitsichtbrille.

Das simultane System: Im Zentrum wird in die Nähe korrigiert, an der Peripherie in die Ferne. «Aus rein optischer Sicht dürfte diese Korrektur gar nicht funktionieren, doch das Hirn weiss, welches Bild es weiterverarbeiten will und welches nicht. Es wählt das scharfe und entledigt sich des unscharfen», erklärt Wälti.

Monovision: Das eine Auge wird in die Ferne korrigiert, das andere in die Nähe. «Das tönt erstaunlich, funktioniert aber extrem gut», weiss der Fachmann, «weil die Seheindrücke des rechten und linken Auges vom Hirn nicht exakt gleichwertig verarbeitet werden.»

Vorteile: Bei kombinierten Brillen für fern und nah wird die Unschärfe am Rand häufig bemängelt. Auch die von der Brille aufgezwungene Kopfhaltung ist oft nachteilig. Diese Faktoren fallen bei den Linsen weg. Grund: Die Linsen werden direkt auf dem Auge getragen, machen jede Bewegung des Auges mit, weswegen es nicht möglich ist, in einem falschen Winkel durch die Linse zu schauen. Multifokale Linsen sind auch als Alternative zur Lesebrille sehr beliebt.

Nachteile: Wer neu multifokale Linsen trägt, braucht Geduld, denn er muss sich gleichzeitig an viel Neues gewöhnen: einerseits an die Handhabung, an die Pflege und auch noch ans neue Schauen.

Ein Spezialprodukt

Überdies gibt es Speziallinsen (für die Zeit nach Operationen oder Augenverletzungen), Eintageslinsen, Kontaktlinsen, die 14 Tage oder einen Monat getragen werden. Die Wahl der richtigen Linse ist abhängig von der Anwendung, der Gegebenheit des Auges und des Budgets.

Weltweit sind fast 90 Prozent aller Linsen weiche Linsen, da die Angewöhnungszeit für weiche Linsen kurz (rund 10 Minuten) und das Verlustrisiko klein ist. Weiche Linsen sind deutlich grösser als harte Kontaktlinsen. Der Nachteil weicher Linsen ist die relativ kurze Lebensdauer, da sie porös und empfindlich auf Verschmutzung sind.

Raymond Wälti rät Linsenträgern sehr zu einer halbjährlichen Kontrolle beim Linsen-Spezialisten, da ein schlechter Linsensitz, falsche Handhabung oder mangelhafte Reinigung der Linsen Ursache vieler Augenentzündungen ist.

Katharina Rederer

Online-Portal

› www.nachtlinsen.ch
Viel Wissenswertes über Nachtlinsen

Zur Person



Raymond E. Wälti ist eidg. dipl. Augenoptiker mit Spezialisierung auf Linsen. Der 43-jährige Optometrist SBAO durchlief eine Zusatzausbildung zum Visualtrainer, bevor er in Amerika ein Nachdiplomstudium zum Master of Science in Clinical Optometry absolvierte. Wälti ist verheiratet, Vater zweier Kinder und Inhaber der Optilens Thun.