

# Alterssichtigkeit, Presbyopie

Die Alterssichtigkeit gehört im engeren Sinne nicht zu den Fehlsichtigkeiten, da sie keine Anomalie, sondern ein normaler Alterungsvorgang ist. Jeder Mensch ist im Prinzip mehr oder weniger davon betroffen. Sie entsteht durch das **Nachlassen der Akkommodationsfähigkeit** (=Nah- und Ferneinstellung des Blickpunktes) **der Augenlinse** mit zunehmendem Lebensalter.

## Ursachen

Sie beruht auf einer Verhärtung und Vergrößerung des Linsenkerns mit Verlust der Elastizität der Linsenkapsel. Dadurch ist die Wölbung der Linse bei der Akkommodation behindert. Die Akkommodationsfähigkeit wird bereits ab dem 10. Lebensjahr kontinuierlich schlechter. Im Alltag macht sich das Nachlassen der Akkommodationsfähigkeit beim Normalsichtigen aber meistens erst zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr bemerkbar.

## Symptome

Da der Nahpunkt bei einer Akkommodationsschwächung immer weiter in die Ferne rückt, kommt es bei einem an sich Normalsichtigen im Alter von etwa 45 Jahren zur Unfähigkeit, einen Gegenstand in einer Entfernung von weniger als 30 bis 40 cm scharf auf der Netzhaut abzubilden. Die Akkommodationsbreite nimmt ab. Der Alterssichtige kann in dem bis dahin gewohnten Abstand nicht mehr bequem Zeitungen oder Bücher lesen. Er hält den Lesetext der besseren Erkennung wegen weiter weg vom Auge.

Ein **weitsichtiger Patient** muss zwecks Selbstkorrektur seines Brechungsfehlers bereits beim Sehen in die Ferne akkommodieren. Deswegen hat er früher als ein Normalsichtiger, ca. ab Mitte 30, Schwierigkeiten beim Sehen in der Nähe und benötigt eher eine Lesekorrektur (Lesebrille), sofern er keine vollauskorrigierte Fernbrille trägt.

Ein Patient mit einer **Kurzsichtigkeit** benötigt erst später, etwa nach dem 50. Lebensjahr, oder gar nicht, sofern die Kurzsichtigkeit bei  $-3,0$  dpt oder mehr liegt, eine Lesebrille, da sein Fernpunkt ohnehin in der Nähe liegt.

## Diagnose

Sie ist einfach aus der Schilderung der Sehbeschwerden und der Zuordnung zum Alter des Patienten zu stellen.

## Therapie

Die Korrektur erfolgt in der Regel mit einer Lesebrille. Es handelt sich dabei um eine Sammellinse. Die Stärke der Brille richtet sich nach dem Alter und der gewünschten Lese- bzw. Arbeitsentfernung. Dabei gilt: Je näher sich der Lesetext am Auge befinden soll, desto stärker muss die Brille sein. Bei anderen zusätzlich bereits bestehenden Fehlsichtigkeiten (Kurz- oder Weitsichtigkeit, Astigmatismus) wird der Nahzusatz zu der bestehenden Fernkorrektur addiert.

## **Prognose**

Die Alterssichtigkeit ist ein allmählicher Prozess, der kontinuierlich fortschreitet und sich verstärkt.

## **Prophylaxe**

Es ist umstritten, ob sich der Prozess durch "Augentraining", also Training der für die Akkommodation verantwortlichen Augenmuskulatur verzögern lässt.

**Dr. med. Pietro Somaini   Limmatplatz 1   8005 Zürich**