

Sehvermögen

Wichtig zur Verkehrssicherheit

In Untersuchungen von Experten wurde festgestellt, dass neben Alkohol und Übermüdung am Steuer mangelnde Sehschärfe als Unfallursache ganz oben steht. Kommen dann noch schlechte Sichtverhältnisse wie Dämmerung, Dunkelheit, Nässe oder Nebel hinzu, wird es kritisch. In der Dunkelheit müssen wir nicht nur aufs Farbsehen verzichten, sondern auch unsere Sehschärfe nimmt drastisch ab. So kommt es, dass Personen und Hindernisse wesentlich später erkannt werden.

Dämmerungssehen unbedingt prüfen

Bei Nachtfahrten kommt es auf eine gute Kontrastsehschärfe an. Wer sicher fahren will, muss auch schwache Helligkeitsunterschiede – etwa einen dunkel gekleideten Fußgänger auf regennasser Fahrbahn – gut erkennen können. Diese Fähigkeit wird auch als Dämmerungssehen bezeichnet. Mehrere Millionen Kraftfahrer in Deutschland haben ein in bedenklichem Ausmaß eingeschränktes Dämmerungssehvermögen. Da die Kontrastsehschärfe für das Sehen bei Dunkelheit bei den üblichen Führerscheinsehtests nicht geprüft wird und sie im Verlauf des Lebens altersbedingt abnimmt, wird empfohlen, spätestens ab dem 40. Lebensjahr die Sehleistung und auch das Dämmerungssehvermögen regelmäßig prüfen zu lassen.

Kurzsichtigkeit bei Nacht

Diese Form der Kurzsichtigkeit tritt nur in der Dunkelheit auf. Nach Schätzungen sind etwa 5 bis 10 % der Bevölkerung hiervon betroffen. Diese Menschen haben oft bei Tageslicht eine vollkommen normale, ausreichende Sehschärfe. Fährt man ungerne im Dunkeln, so könnte dies ein Hinweis auf eine mögliche Nachtkurzsichtigkeit sein. Das Problem ist leicht zu lösen mit einer entsprechenden Brille, die nur bei Dunkelheit getragen wird.

Die Blendempfindlichkeit

Durch die Scheinwerfer entgegenkommender oder nachfolgender Fahrzeuge ergibt sich bei Nacht, aber oftmals auch schon in der Dämmerung, das Problem der Blendung. Die ohnehin ungünstigen Sichtverhältnisse auf nächtlichen Straßen werden dadurch noch verstärkt. Sehr starkes Licht verursacht beim Durchtritt durch Hornhaut, Linse und Glaskörper sowie durch Reflexion im Augenhintergrund Streulicht, dass sich als dichter Lichtschleier auf die Netzhaut

legt. Hierdurch wird die Sehschärfe stark reduziert. Dieser Effekt kann bis zu einem gewissen Grad vermieden werden, wenn man versucht, nicht direkt in die Scheinwerfer hineinzublicken oder den Abblendspiegel benutzt. Da man aber weiterhin die



Fahrbahn im Auge behalten muss, kann man der Blendwirkung nicht gänzlich entgehen. Die Blendung im Straßenverkehr ist deshalb so gefährlich, weil die blendungsbedingte Sehstörung auch nach der unmittelbaren Blendung noch eine Weile anhält. Man spricht hier auch von dem Schwarzen-

Loch-Effekt. Ab etwa 45. Lebensjahr nimmt die altersbedingte Blendempfindlichkeit ständig zu. Sie kann nur durch bestimmte Brillengläser beeinflusst und sollte beim Dämmerungssehtest mit geprüft werden. Wer besonders blendempfindlich ist, sollte besser als Beifahrer mitfahren oder sein Fahrzeug nachts lieber in der Garage lassen. Durch dunkel getönte Brillengläser würde die Sehschärfe noch weiter verschlechtert werden. Auch wäre es ein Irrtum, zur Minderung der Blendung bei Fahrten in der Dunkelheit selbsttönende Brillengläser zu benutzen. Für Autofahrer sind nachts nur Brillen bis höchstens 20 % Tönung erlaubt. Im Handschuhfach sollte deshalb für Nachtfahrten eine Brille ohne getönte Gläser mitgeführt werden.

Wichtige funktionelle Vorteile haben entspiegelte Brillengläser. Sie werden deshalb beim Auto- oder Motorradfahren empfohlen. Diese Brillengläser sind sowohl auf der Vorder- als auch auf der Rückseite nahezu reflexfrei und bieten eine

wesentlich höhere Lichtdurchlässigkeit. Bei Nachtfahrten bedeutet dies, dass man weiter sehen und deshalb auch früher reagieren kann.

Gutes Sehen nützt – gutes Sehen schützt nicht nur im Straßenverkehr, sondern auch in anderen Lebensbereichen.