

# SIND KONTAKTLINSEN DAS RICHTIGE FÜR MEIN KIND?



## Kinder, Jugendliche und Kontaktlinsen

Über die Hälfte der Weltbevölkerung benötigt eine Sehhilfe. Das kann schon in sehr jungen Jahren der Fall sein. Sowohl eine Brille als auch Kontaktlinsen sind für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mögliche Optionen zur Korrektur einer Fehlsichtigkeit. Im Rahmen einer gründlichen Augenüberprüfung kann ein Kontaktlinsenanpasser altersunabhängig feststellen, was für Sie die beste Wahl ist.

Diese Broschüre verschafft Ihnen einen Überblick über die Unterschiede zwischen dem Brillen- und Kontaktlinsentragen bei Kindern. Dabei werden häufig gestellte Fragen zum Thema Kontaktlinsen bei Kindern und Jugendlichen beantwortet und der sichere

und komfortable Umgang mit Kontaktlinsen bei jungen Kontaktlinsenträgern wird erklärt. Bedenken Sie jedoch: Die endgültige Entscheidung über die richtige Sehhilfe für Sie und Ihre



Familienangehörigen sollte immer in Absprache mit Ihrem Kontaktlinsenanpasser erfolgen.

## Sind Kinder als Kontaktlinsenträger geeignet?

Kinder sind hervorragend als Kontaktlinsenträger geeignet. Sie sind sehr aktiv, daher sind Brillen bei vielen ihrer Freizeitbetätigungen unpraktisch. Viele Kinder sind großartige Kontaktlinsenträger-Kandidaten, weil sie motiviert sind und dem Kontaktlinsenanpasser deshalb gut zuhören.

Die meisten Kinder sind unter Aufsicht oder sogar selbstständig in der Lage, sich um ihre eigenen Kontaktlinsen zu kümmern. Kontaktlinsen haben für sie große Vorteile. Sowohl Kinder als auch Jugendliche empfinden Kontaktlinsen oft als die praktischere Form der Sehhilfe. Jüngere Kinder sind genau-



so geschickt im Umgang mit und beim Tragen von Kontaktlinsen wie Teenager.

## Welche Vorteile genießen Kinder, die Kontaktlinsen tragen?

Es gibt viele Gründe, weshalb Kinder aller Altersgruppen vom Kontaktlinsentragen profitieren können. Kinder und junge Erwachsene haben einen aktiven Lebensstil. Sie spielen, treiben Sport und bewegen sich im Allgemeinen viel mehr als Erwachsene. Kontaktlinsen können bei all diesen Aktivitäten getragen werden, ohne dass man sie abnehmen muss oder Gefahr läuft, sie zu beschädigen. Außerdem schrän-



ken sie die periphere Sicht nicht ein wie eine Brille. Neben den offensichtlichen Vorteilen wie der höheren Sehqualität können Kontaktlinsen im Vergleich zur Brille auch eine psychologische Wirkung im Sinne eines gesteigerten Selbstver-

trauens haben. Eine aktuelle Studie zeigt, dass sowohl Kinder als auch Jugendliche insgesamt mit Kontaktlinsen zufriedener sind als mit Brillen.<sup>1</sup> Aus diesem Grund trägt das Kind seine Sehhilfe eher und es ist wahrscheinlicher, dass es an Aktivitäten teilnimmt, ohne befürchten zu müssen, dass seine Brille verloren oder zu Bruch geht.<sup>2,3</sup> Darüber hinaus wurde im Rahmen einer Studie, bei der knapp 500 kurzsichtige Kinder über drei Jahre begleitet wurden, festgestellt, dass jene, die Kontaktlinsen trugen, mit ihrem physischen Erscheinungsbild, der Akzeptanz im Freundeskreis und den Möglichkeiten, Sport zu treiben, zufriedener waren als Brillen tragende Kinder. Die Kinder, die ungern eine Brille trugen, bekamen auch mehr Vertrauen in ihre schulischen Leistungen, als sie begannen, Kontaktlinsen zu tragen.<sup>4</sup>

## Welches Alter ist das beste, um mit dem Tragen von Kontaktlinsen anzufangen?

Kontaktlinsenanpasser raten dazu, nicht das Alter als Maßstab dafür heranzuziehen, wann Kinder beginnen können, Kontaktlinsen zu tragen. Wenn ein Kind



reif genug ist, das Thema Kontaktlinsenhygiene und die Risiken im Zusammenhang mit mangelnder Pflege und Hygiene zu begreifen, kommt es als Kontaktlinsenträger in Frage.

Eigentlich können Kinder aller Altersgruppen, sogar Babys, Kontaktlinsen sicher tragen, wenn die richtigen Verhaltensweisen eingehalten werden.



Die Unterstützung durch die Eltern ist ein Schlüsselfaktor bei der Entscheidung, ob ein Kind als Kontaktlinsenträger geeignet ist. Ein weiterer Faktor, um zu entscheiden, wann mit dem Kontaktlinsentragen begonnen werden sollte, ist die Motivation. Mädchen sind häufig früher

an Kontaktlinsen interessiert als Jungen, weil sie oftmals mehr Wert auf ihr Äußeres legen. Das Interesse

von Jungen an Kontaktlinsen beruht eher auf ihrem Wunsch, Sport treiben zu können, ohne eine unpraktische Brille tragen zu müssen. Die Berücksichtigung dieser Gesichtspunkte neben dem bloßen Alter ermöglicht die richtige Entscheidung, ob Ihr Kind zum Kontaktlinsentragen bereit ist. Studien belegen, dass Kinder ab acht Jahren, die eine Sehhilfe benötigen, voll und ganz in der Lage sind, Kontaktlinsen zu tragen und zu pflegen.<sup>1</sup>

## Braucht man für Kontaktlinsen eine stabile Fehlsichtigkeit?

Obwohl das Auge im Alter von ca. 15 Jahren sein Wachstum einstellt, stellen viele Fehlsichtige, insbesondere Kurzsichtige, fest, dass sich ihre Fehlsichtigkeit bis ins hohe Teenageralter oder bis Anfang zwanzig verändert. Dank der breiten Verfügbarkeit von Kontaktlinsen zum einmaligen Gebrauch ist es nicht mehr erforderlich, abzuwarten, bis sich die Augenform bzw. die Fehlsichtigkeit nicht mehr ändert. Wenn man die Versorgung mit Kontaktlinsen mit Kontrollterminen verbindet, kann mit den neuen Kontaktlinsen direkt auf Stärkenänderungen reagiert werden.



Studien zeigen, dass die Augenform und -größe bei der Anpassung von Kontaktlinsen bei Kindern keinen signifikanten Unterschied im Vergleich zu Erwachsenen darstellen, so dass die

Auswahl der Kontaktlinsenparameter nicht eingeschränkt ist.

**Die Forschung hat gezeigt, dass bei optimaler Korrektur weder Kontaktlinsen noch Brillen Einfluss auf die Entwicklung der Sehschärfe haben.<sup>5</sup>**

## Sind Kontaktlinsentragen und -pflege zeitaufwändig?

Es gibt die praktischste Form von Kontaktlinsen: Ein-Tages-Kontaktlinsen. Damit verfügt der Kontaktlinsenträger täglich über ein frisches Paar Kontaktlinsen. Die Kontaktlinsen werden einfach vor dem Schlafengehen entsorgt. So muss man sich um die Kontaktlinsenpflege überhaupt keine Gedanken mehr machen.

Aber auch die Reinigung wiederverwendbarer Kontaktlinsen ist heutzutage dank vereinfachter Mehrzweckpflegemittel viel unproblematischer als früher. Der Zeitaufwand für die Kontaktlinsenpflege hängt damit vor allem von der Art des Pflegemittels ab. Die Kontaktlinsenpflege geht heute jedenfalls sehr einfach und schnell und nimmt kaum Zeit des Kontaktlinsenträgers in Anspruch.



## Können Kinder sich dauerhaft an die vorgegebenen Pflege- und Handhabungshinweise halten?

Kinder werden von ihrem Kontaktlinsenanpasser in der Anwendung und Pflege Ihrer Kontaktlinsen unterwiesen. Da sie ihn respektieren, hören sie wahrschein-



lich auf seinen Rat. Kleinere Kinder sollten dennoch von ihren Eltern beaufsichtigt werden, denen sicherlich daran gelegen ist, die Risiken des Kontaktlinientragens zu minimieren. Kinder sind sehr anpassungsfähig, gute Gewohnheiten behalten sie oft bis ins Erwachsenenalter bei. Die si-

cherste Handlungsweise ist die Verwendung von Ein-Tages-Kontaktlinsen bzw. die Wahl eines einfachen, aber wirksamen Pflegemittels. Die ständig wiederholte Schulung von Kindern und Eltern ist wesentlich, um die erlernten Pflege- und Handhabungshinweise dauerhaft einzuhalten.

## Brauchen Kinderaugen mehr Sauerstoff?

Es ist nicht wahr, dass Kinderaugen mehr Sauerstoff benötigen als jene von Erwachsenen. Die Physiologie

der kindlichen Hornhaut ist mit der eines Erwachsenen vergleichbar. Viele Kinder möchten Kontaktlinsen nur zeitweise, etwa beim Sport tragen. Für diese Kinder sind Ein-Tages-Kontaktlinsen die am besten geeignete Option. Auch langfristig ist eine Beeinträchtigung der Augengesundheit damit unwahrscheinlich. Falls längere Tragezeiten, insbesondere ab 12 Stunden gefragt sind, bieten Silikon-Hydrogel-Materialien ausreichend Sauerstoff, um das Risiko von Spätfolgen durch Sauerstoff-Unterversorgung zu minimieren. Es ist nicht zu empfehlen, dass Kinder mit Kontaktlinsen schlafen!

## Brauchen Kinderaugen besseren UV-Schutz?

Kinder haben größere Pupillen und klarere Augenlinsen als Erwachsene. Deshalb kann mehr UV-Strahlung Ihre empfindliche Netzhaut erreichen und schädigen. Außerdem verbringen Kinder einen Großteil ihrer Freizeit beim Spielen im Freien. Den meisten Eltern ist bewusst, dass sie die Haut ihrer Kinder mit einem Sonnenschutzmittel vor UV-Strahlung schützen müssen, aber sehr wenige denken daran, auch die Kinderaugen vor UV-Strahlen zu schützen. Bei Aktivitäten im Freien sollten UV-absorbierende





Kontaktlinsen\* getragen werden, weil sie zusätzlichen Schutz bieten. Sie sind jedoch kein Ersatz für eine UV-absorbierende Schutz- oder Sonnenbrille.

## Welchen Kontaktlinsentyp sollten Kinder verwenden?

Derzeit sind zahlreiche verschiedene Kontaktlinsentypen auf dem Markt. Für die große Mehrheit potenzieller junger Kontaktlinsenträger sollte der richtige Typ dabei sein. Jeder hat selbstverständlich spezifische Vor- und Nachteile, die auch im Zusammenhang mit den Bedürfnissen und dem Lebensstil des jeweiligen Kindes gesehen werden sollten. Ihr Kontaktlinsen-anpasser kann Sie diesbezüglich beraten und den am besten geeigneten Kontaktlinsentyp für Ihr Kind empfehlen.

## Welches Material und welche Tragemodalität sind die beste Wahl?

Ihr Kontaktlinsen-anpasser kann Sie auch hierzu beraten. Oftmals ist das beste Material bzw. die beste Tragemodalität für Kinder eine Ein-Tages-Silikon-Hydrogel-Linse. Beim Tragen von Kontaktlinsen sind zwei Aspekte zu beachten: Aus hygienischer Sicht sind Ein-Tages-Kontaktlinsen zu empfehlen und aufgrund der besseren Sauerstoffversorgung der Hornhaut sind Silikon-Hydrogel-Materialien vorzuziehen. Ein-Tages-Silikon-Hydrogel-Linsen verbinden diese beiden Aspekte, denn sie bestehen aus einem speziell für die Verwendung als Ein-Tages-Kontaktlinse entwickelten Silikon-Hydrogel-Material.



## Sind Kontaktlinsen teuer?

Der Kontaktlinsen-anpasser kann mit Ihnen die Vorteile in den Bereichen Lebens- und Sehqualität sowie die

für Kontaktlinsen anfallenden Kosten besprechen. Kontaktlinsen sind nicht viel teurer als eine hochwertige Brille, insbesondere wenn bei Ihrem Kind öfter mal eine Brille zu Bruch geht.



Kontaktlinsen haben außerdem über die einfache Korrektur des Sehfehlers eines Kindes hinaus zahlreiche Vorteile. Darauf sollten Eltern ver-

trauen und ihren Kindern bei der Wahl der Sehhilfe die Möglichkeit geben, sich für Kontaktlinsen zu entscheiden. In Zusammenarbeit mit dem Kontaktlinsen-anpasser können Eltern aus einem großen Angebot an Kontaktlinsenoptionen wählen. Dazu gehören Kontaktlinsen für astigmatisch Fehlsichtige, für häufigen Austausch oder Ein-Tages-Kontaktlinsen, um für jedes Kind die richtige Passform zu finden.

## Geben Sie Ihr Wissen weiter!

Wenn Sie beim Durchlesen dieser Broschüre etwas Neues erfahren haben, könnte ein Familienmitglied

oder Freund sicher auch davon profitieren, also geben Sie diese Informationen doch einfach an die Personen weiter, die Ihnen nahestehen.

### Es ist die Mühe wert!

\* Kontaktlinsen, die die UV-Strahlung absorbieren, sind kein Ersatz für Sonnenbrillen mit UV-Blocker, weil sie das Auge und dessen Umgebung nicht vollständig abdecken.

### Literaturnachweise

- 1 Walline J, Gaume A, Jones L et al. Benefits of Contact Lens Wear for Children and Teens. *Eye and Contact Lens* 2007; 33(6): 317–321.
- 2 Kwok LS, Kuznetsov VA, Ho A, Coroneo MT. Prevention of the adverse photic effects of peripheral light-focusing using UV-blocking contact lenses. *Invest Ophthalmol Vis Sci* 2003; 44(4): 1501–1507.
- 3 Walsh K. UV radiation and the eye. *Optician* 2009; 237(6204): 26–33.
- 4 Walline JJ, Jones LA, Sinnott L, et al.; the ACHIEVE Study Group. Randomized trial of the effect of contact lens wear on self-perception in children. *Optom Vis Sci* 2009; 86(3): 222–232.
- 5 Walline JJ, Jones LA, Sinnott L, et al.; ACHIEVE Study Group. A randomized trial of the effect of soft contact lenses on myopia progression in children. *Invest Ophthalmol Vis Sci* 2008; 49(11): 4702–4706.



# ACUVUE®

KONTAKTLINSEN

SEE WHAT COULD BE™



Für weitere Informationen zu Kontaktlinsen der Marke ACUVUE® besuchen Sie bitte die Webseiten [www.acuvue.de](http://www.acuvue.de), [www.acuvue.at](http://www.acuvue.at), [www.acuvue.ch](http://www.acuvue.ch)

Kontaktlinsen sind Medizinprodukte. Um festzustellen, ob Sie als Kontaktlinsenträger geeignet sind, ist eine Augenuntersuchung erforderlich.

Fragen Sie immer Ihren Kontaktlinsenanpasser, bevor Sie beginnen, Kontaktlinsen zu tragen bzw. wenn Sie Fragen zum Tragen von Kontaktlinsen oder damit verbundenen Risiken haben. Bitte lesen Sie die (bei Ihrem Kontaktlinsenanpasser erhältliche) Kunden-/Patienteninformation ausführlich durch und halten Sie sich an die Empfehlungen Ihres Kontaktlinsenanpassers.

EYE HEALTH ADVISOR™, ACUVUE® ADVANCE® for ASTIGMATISM,  
ACUVUE® ADVANCE® with HYDRACLEAR®,  
ACUVUE® OASYS® for ASTIGMATISM,  
ACUVUE® OASYS® with HYDRACLEAR® Plus,  
1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM, 1-DAY ACUVUE® MOIST®,  
1-DAY ACUVUE® TruEye™ und SEE WHAT COULD BE™  
sind eingetragene Marken von Johnson & Johnson Vision Care.

Johnson & Johnson Vision Care ist ein Geschäftsbereich der  
Johnson & Johnson Medical GmbH, Oststraße 1, D-22844 Norderstedt.

© Johnson & Johnson Vision Care 2011

EHA-03