



24.02.2020 10:28 CET

Nachtblind ist so gut wie niemand

So ziemlich jeder glaubt, nachtblind zu sein, weil er in der Nacht weniger gut sieht als am Tag. Dabei kommt die echte Nachtblindheit sehr selten vor.

In den buntesten Farben präsentiert sich uns die Welt. Doch sobald es dunkel wird, sehen wir plötzlich nicht mehr gut. Die Strassenschilder verschwimmen, Fahrradfahrer sowie Fussgänger sind nur noch Schemen und die Lichter blenden – wir sind nachtblind. Falsch, denn die echte, sprich die essentielle Nachtblindheit kommt äusserst selten vor und wird nur durch Erbkrankheiten oder Mangelerscheinungen ausgelöst.

Dass man nachts nicht so gut sieht wie tagsüber ist normal und hat damit zu tun, dass menschliche Sehvermögen eigentlich nicht für die Nacht konzipiert

wurde. Völlig verloren sind wir in der Nacht aber dennoch nicht. So sind unsere Augen imstande, sich an die veränderten Lichtverhältnisse anzupassen.

Die Augen bestehen nämlich aus verschiedenen Lichtsinneszellen: den Zapfen und den Stäbchen. Während am Tag die Zapfen dafür sorgen, dass wir Farben sehen, ermöglichen die Stäbchen das Hell-Dunkel-Sehen in der Nacht, sobald es dämmt, werden sie aktiv. Da die Umstellung nicht schlagartig geschieht, sieht jeder Mensch im Dunkeln erstmal gar nichts. Nach und nach schalten sich die Zapfen aus, damit die Stäbchen aktiv werden können. Die Umstellung kann bis zu einer halben Stunde dauern. Sind die Stäbchen erst einmal «an», können sie rund 500 unterschiedliche Schattierungen wahrnehmen – allerdings nicht bei Menschen, die nachtblind sind.

Eine echte oder unechte Nachtblindheit?

Der Grund ist ganz einfach: Ihre Stäbchen sind beschädigt. Folglich sehen sie in der Dunkelheit schlecht oder überhaupt nichts mehr. Die Frage ist, warum die Stäbchen kaputt gehen. Es gibt mehrere Ursachen. Dazu muss man zuerst wissen, dass man zwischen zwei Arten der Nachtblindheit unterscheidet – der angeborenen (sprich der echten, essentiellen) und der erworbenen. Tatsächlich sind die angeborenen Formen der Nachtblindheit nicht therapierbar. Zum Glück kommen sie nur selten vor.

Gegen die erworbenen Formen der Nachtblindheit hingegen kann wohl etwas unternommen werden. Beispiele für die erworbene Nachtblindheit sind Diabetes oder Grauer Star. Auch Vitamin-A-Mangel kann zu einer Nachtblindheit führen – doch das kommt heute fast nur noch in Entwicklungsländern vor. Hat man die Ursache der erworbenen Nachtblindheit einmal erkannt und die Behandlung eingeleitet, bildet sich diese häufig zurück – ohne bleibende Schäden zu hinterlassen.

Nur der Facharzt bringt Gewissheit

Doch woran erkennt man, dass man an einer Form der Nachtblindheit leidet? Nun, wenn man merkt, dass man in der Dunkelheit nur sehr schlecht oder gar nichts mehr sieht. Unwillkürliches Augenzittern, Blendeempfindlichkeit und eine verminderte Sehschärfe können auch Anzeichen für eine Nachtblindheit sein. Ob man nachtblind ist und an welcher Form der Krankheit man leidet, findet man allerdings nur heraus, wenn man einen Facharzt aufsucht.

Mit einem sogenannten Adaptometer untersucht der Augenarzt, inwieweit

sich die Augen an die Dunkelheit gewöhnen. Dank der Stäbchen können die Augen nämlich innert 20 bis 25 Minuten von hell auf dunkel umstellen. Sind diese Stäbchen aber kaputt, stellen die Augen entweder überhaupt nicht oder viel langsamer um. Überprüft werden unter anderem auch die Sehschärfe, das Farbsehen und das Gesichtsfeld. Es ist auch möglich, dass man bloss eine Nachtkurzsichtigkeit hat. Sie wird durch erweiterte Pupillen verursacht und hat bloss zur Folge, dass man eine Brille für die Nacht verpasst bekommt.

Die meisten Menschen haben also gar nichts zu befürchten, wenn sie in der Nacht weniger gut sehen als am Tag. Man sollte seine Augen aber dennoch kontrollieren gehen, wenn man den Verdacht hegt, nachtblind zu sein – vor allem, wenn es eine erworbene Nachtblindheit ist, gilt es, etwas dagegen zu tun.

Florencia Figueroa

Über die Vista Augenpraxen & Kliniken

Gegründet vor über 30 Jahren sind die Vista Augenpraxen & Kliniken heute ein führendes Kompetenzzentrum für Augenheilkunde in der Schweiz. Mit ihren zahlreichen Standorten verfügt die Vista über ein breites Netzwerk an Augenkliniken und Augenpraxen. An allen Standorten bieten spezialisierte Augenärzte sämtliche Behandlungen und Eingriffe rund um das Auge an. Damit gewährleistet die Vista eine umfassende und lebenslange Betreuung ihrer Patienten. Zukunftsweisende Forschungsaktivitäten und die kontinuierliche Weiterbildung aller Mitarbeitenden sorgen für Qualität und Nachhaltigkeit an allen Standorten.

www.vista.ch

Kontaktpersonen



Kommunikation Vista Augenpraxen & Kliniken

Pressekontakt

Leiter Marketing & Kommunikation

christian.zengaffinen@vista.ch

+41 61 551 40 61