

23. Dezember 2019

## RADIOBEITRAG als Text

### **Sehstörungen bei Dunkelheit: Echte Nachtblindheit ist selten**

#### **Anmoderation:**

Autofahren bei Nacht ist nicht jedermanns Sache: Die Konturen verschwimmen, die Scheinwerfer anderer Fahrzeuge blenden, und wenn es dann noch regnet, geht gar nichts mehr. So mancher spricht dann von einer Nachtblindheit – die ist allerdings sehr selten. Kristin Sporbeck berichtet.

Länge: 2.07 Minuten

---

**Text:** Sehschärfe und Kontrastsehen sind im Dunkeln nicht so gut ausgeprägt wie bei Tageslicht. Daher sehen viele Menschen nachts schlechter, ohne das es sich um eine Nachtblindheit handeln muss. Was der Unterschied zwischen dem Sehen bei Tag und bei Nacht ist, weiß Thomas Ebel, Arzt im AOK-Bundesverband.

#### **Thomas Ebel:**

**Bei Tageslicht sieht das Auge mit farbempfindlichen Lichtrezeptoren, den so genannten Zapfen. Sobald es dämmt, weiten sich die Pupillen, damit möglichst viel Licht auf die Netzhaut kommt. Für die Zapfen reicht das Licht aber trotzdem nicht mehr aus und es treten dann die sogenannten Stäbchen in Aktion – das sind Zellen, die besonders lichtempfindlich sind. Sie nehmen keine Farben wahr, sondern nur unterschiedliche Grautöne.**

**Text:** Dann sehen auch gesunde Augen schlechter. Trotzdem sollte man seine Sehkraft beim Augenarzt checken lassen, wenn man das Gefühl, hat nachts beim Autofahren schlechter zu sehen. Eine echte Nachtblindheit ist sehr selten und in manchen Fällen erblich bedingt.

**Thomas Ebel:**

**Bei einer echten Nachtblindheit funktionieren die Stäbchenzellen nicht richtig. Die Betroffenen können nachts daher nur wenig oder gar nichts sehen. Die Schädigungen der Stäbchen können zum Beispiel die Folge oder Begleiterscheinung von erheblicher Kurzsichtigkeit oder Grünem Star sein sowie von Diabetes mellitus, da ein Diabetes zu Netzhautschäden führen kann. Wichtig ist daher, dass Menschen mit Diabetes regelmäßig zur augenärztlichen Kontrolle gehen, damit Schäden an der Netzhaut frühzeitig erkannt und behandelt werden können.**

**Text:** Auch Vitamin A Mangel kann ein Grund sein, ist in Deutschland aber auch sehr selten. Welche Ursachen es außerdem haben kann, wenn man im Dunkeln schlechter sieht, weiß Thomas Ebel.

**Thomas Ebel:**

**Kleine Sehfehler wie beispielsweise eine leichte Kurzsichtigkeit fallen im Hellen kaum auf, bei zunehmender Dunkelheit aber deutlich mehr, weil das einfallende Licht bei den dann weiter geöffneten Pupillen stärker bricht und die Kurzsichtigkeit verstärkt. Bei manchen Menschen ist die Sicht im Dunkeln mehr als eine Dioptrie schlechter als im Hellen. Dieses Problem kann meist durch eine zusätzliche Brille für das Autofahren in der Nacht korrigiert werden. Sind die Augen besonders blendempfindlich, hängt dies möglicherweise mit einer Trübung der Augenlinse, dem Grauen Star, zusammen. Der Graue Star kann operiert werden, wobei die trüb gewordene Linse durch eine künstliche ersetzt wird. Die OP wird meist ambulant durchgeführt.**