

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 80 (2002)
Heft: 1-2

Artikel: Gut (aus)sehen mit Brille
Autor: Honegger, Annegret
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-721531>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 30.06.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Gut (aus)sehen mit Brille

Wenn die Schriftgrösse Ihres Leibblattes immer kleiner wird, wenn Ihre Armlänge nicht mehr zum Lesen ausreicht oder wenn Sie ständig die Augen zusammenkneifen, dann ist es höchste Zeit für eine Brille.

VON ANNEGRET HONEGGER

Gut die Hälfte der Schweizer Bevölkerung sieht schlecht. Zu lange oder zu kurze Augäpfel sind der Grund für eine Kurz- oder Weitsichtigkeit, eine verminderte Elastizität der Augenlinse führt zur Alterssichtigkeit.

Alle diese Fehlsichtigkeiten sind natürlich bedingt und keine Krankheiten. Sehschwierigkeiten sind meist eine völlig normale Folge der Altersentwicklung. Schon von Cicero ist überliefert, dass er sich im Alter von Sklaven vorlesen lassen musste, und Kaiser Nero soll Gladiatorenkämpfe durch einen geschliffenen Smaragd verfolgt haben.

Heute kann Sehschwäche mit modernen Sehhilfen in den meisten Fällen korrigiert werden. «Gutes Sehen ist in jedem Alter möglich», heisst es beim Schweizer Optikerverband SOV. Krankhafte Veränderungen des Auges hingegen bedürfen einer Behandlung durch den Augenarzt. Nur dieser kann den Augeninnendruck messen und den Zustand des Sehnervs beurteilen. Deshalb ist ein Check besonders vor der ersten Brille wichtig.

«N D G 6 3 5», liest Ursula K. zögernd vom Bildschirm ab. «Oder vielleicht doch 6 8 5?» Augenoptikerin Susanne Kneile verändert die Stärke der Linse im Messgerät, durch das Ursula K. Zahlenreihen in verschiedenen Grössen erkennen muss. Mit modernen Computern lassen sich Sehkraft und Korrektur heute direkt beim Optiker bestimmen. «L H D 0 6 7 2» – zum Schluss kommen die Antworten von Ursula K. klar und ohne Stocken.

Ihre Testresultate zeigen, dass sie kurzsichtig ist und Probleme mit dem Lesen im Nahbereich hat, also ein typisches Zeichen von Alterssichtigkeit. Bisher war die 55-Jährige nur am Computer auf eine

Brille angewiesen. Jetzt aber erkennt sie Bekannte auf der Strasse kaum und gesteht: «Mein Augenarzt hat mir schon vor drei Jahren eine Brille ans Herz gelegt...»

Gemeinsam mit der Optikerin wird abgeklärt, welche Ansprüche Ursula K. an ihr Sehen stellt. Braucht sie eine Brille vor allem zum Lesen, bei der Arbeit im Büro oder fürs Autofahren? «Beratung ist ganz wichtig», betont Susanne Kneile. «Entscheidet sich jemand aufgrund eines offenen Gesprächs für eine Lösung, kommt es nur selten zu Problemen mit der neuen Brille.»

Die Qual der Wahl

Mit Hilfe von Mustergläsern demonstriert die Optikerin Ursula K. die verschiedenen Gläser, die ihr klare Sicht auf alle Distanzen bringen. Eine einfache Lesebrille erlaubt scharfes Sehen nur im Nahbereich bis etwa 40 Zentimeter. Blickt man auf, verschwimmt das Bild, und die Fernsicht wirkt getrübt. Wer auch auf mittlere und weite Distanzen eine Korrektur braucht, für den sind mehrstufige Gläser geeignet. Für jede Entfernung ist ein bestimmter Bereich im Brillenglas vorgesehen. Mit der so genannten Bifokalbrille sieht man auf zwei Ebenen scharf, indem im unteren Teil des Glases ein kleiner Abschnitt für den Nahbereich eingelassen ist. Also gewissermassen eine integrierte Lesebrille, die im Glas auch deutlich sichtbar ist. Die Trifokalbrille deckt auf die gleiche Weise alle drei Distanzbereiche ab.

Die modernste Generation in der Familie der Mehrsichtgläser sind die so genannten Gleitsichtgläser, die heute den meisten Einsteigern verschrieben werden. Gleitsichtgläser gewährleisten stufenlose und im Glas nicht sichtbare Übergänge von einem Distanzbereich zum

nächsten. Das bedeutet für die Brillenträger ebenso klare Sicht beim Lesen wie beim Blick ins Schaufenster oder hin zu den fernen Berggipfeln.

Wichtige Gewöhnungsphase

Der Umgang mit der neuen Sehhilfe will gelernt sein. Bei Mehrzweckbrillen ist der Wechsel zwischen den verschiedenen Distanzbereichen anfangs oft nicht fließend. Beim Gleitsichtglas ist es gewöhnungsbedürftig, den Kopf so zu drehen, dass der Blick auch wirklich durch den entsprechend korrigierten Nah-, Mittel- oder Fernbereich im Glas geht.

Diese Angewöhnungsphase ist für Träger, Augen und Hirn gleichermassen wichtig. Je früher man sich an eine Brille gewöhnt und je schwächer diese ist, desto einfacher geht es. Auch Ursula K. bewegt sich mit der ungewohnten Korrektur der Testbrille eher unsicher durch den Ladenraum. Die Fachfrau empfiehlt deshalb, eine solche neue Brille die ersten drei Wochen möglichst oft zu tragen und bei Problemen auch mehrmals den Optiker zu konsultieren.

Als Alternative zur Brille wählen immer mehr Leute Kontaktlinsen. «Dieser Entscheid hat mit dem Alter nichts zu tun», betont die Augenfachfrau. Rund eine halbe Million Schweizerinnen und Schweizer tragen mittlerweile die unsichtbaren Sehhilfen direkt auf dem Auge, Tendenz auch bei älteren Fehlsichtigen steigend. Sehr beliebt sind dabei die pflegeleichten, aber eher teuren Einweglinsen, die es auch in einer Multifokalausführung gibt.

Brillen als Accessoires

Hat man sich einmal für ein Glas entschieden, geht es ans Anpassen der Fassung. Die Zeiten, zu denen riesige, un-



Raffiniert: Die dunkle Musterung dieser feinen, ovalen Metallfassung sorgt für dezenten Kontrast und Schick. Die Brille für jede Gelegenheit.

Modell Paloma Picasso, CHF 430.–



Trendig: Diese Fassung besteht aus einer hellen und einer dunklen Kunststoffplatte. Dadurch wirkt das Schwarz nicht so hart im Gesicht.

Modell Optus, CHF 170.–



Markant: Diese Metallfassung zeichnet sich durch ihre schlichte, eckige Form aus. Der breite Rand macht den sportlichen Look aus.

Modell Silhouette, CHF 485.–



Exklusiv: Ein Rolls-Royce unter den Fassungen ist diese randlose Titanbrille. Nicht geeignet für dicke Gläser. Titan ist leicht, stabil, auch für Allergiker gut verträglich.

Modell Rodenstock, CHF 1290.–



Mutig: Die eckige Form und die auffällige Farbe sind nichts für Mauerblümchen. Dazu müssen Charakter und Garderobe passen.

Modell Timberland, CHF 250.–



Rund: Runde Gesichter werden durch runde Fassungen noch betont. Das helle Kunststoffgestell im gleichen Ton wie das Haar wirkt hier sehr brav.

Modell Dolce & Gabbana, CHF 350.–

förmige Gestelle das Gesicht verunstalten, sind zum Glück längst Geschichte. Brillentragen ist heute in, die Sehhilfe ein modisches Accessoire wie Handtasche oder Uhr. Viele Leute haben gar mehrere Ausführungen und wechseln nach Lust und Laune zwischen einer dezenten Alltagsbrille aus Metall, einer poppigen Kunststoffversion für den Ausgang und Kontaktlinsen beim Sport.

Aber nicht jede Fassung passt zu jedem Gesicht und für jede Korrektur. Deshalb ist es wichtig, dass der Optiker die Sehstärke des Kunden kennt. Die Brillengläser stark kurzsichtiger Menschen beispielsweise werden gegen den Rand hin immer dicker. Sie sollten daher keine allzu grosse Fassung wählen. Andererseits muss ein Mehrsichtglas eine gewisse Grösse haben, damit die verschiedenen Sehbereiche darin Platz finden.

Auch stilistisch gelten Regeln, welches Gestell sich für welches Gesicht eig-

net. Die Fachfrau beachtet neben Form und Grösse der Augen ebenso die Haut- und Haarfarbe, den Schwung der Brauen, die Backenknochen und die Nasenform. Helle Typen sollten sich an zarte Töne halten, dunkelhaarige Menschen mit brauner Haut können sich alle Farben leisten. «Runde Gesichter werden durch runde Brillen noch betont. Das ist ungünstig», warnt Susanne Kneile. Hier sei eine eher markante Linienführung von Vorteil. Eckige Gesichter hingegen gewinnen durch breitrandige Fassungen mit weicher, rundlicher Form. Glück haben Menschen mit ovalen Gesichtern. Denn dazu passen fast alle modischen Kreationen. Erlaubt ist, was gefällt.

Der Bauch entscheidet

Nebst diesen Theorien zählt beim Brillenkauf aber vor allem das «Gschpüri», das eigene wie auch das Flair, das den guten Optiker ausmacht. Das Angebot ist

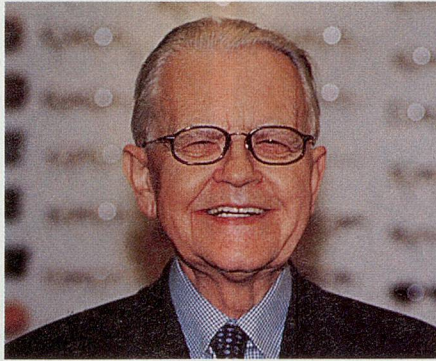
riesig, und Ursula K. ist froh, dass Susanne Kneile stilsicher eine Vorauswahl trifft. «Entscheiden Sie mit dem Bauch und bleiben Sie dabei», empfiehlt die Optikerin aus Erfahrung. Sich nach dem Urteil der besten Freundin oder wohlmeinender Bekannter zu richten, sei verhängnisvoll. Eine Wahl gegen die eigene innere Stimme bereuten die Kunden später nicht selten.

Und falls der Brillenkauf doch einmal daneben geht: Heute wählt man keine Brillen mehr für die Ewigkeit. Sind die Augen gesund, genügt eine Glaskorrektur alle drei bis vier Jahre. Wer eine Fassung von guter Qualität gekauft hat, kann die neuen Gläser nochmals in diese einpassen lassen.

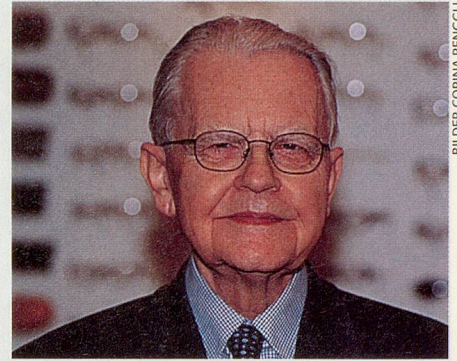
Die richtige Pflege verlängert zudem das Leben einer Brille. Für die Reinigung am besten lauwarmes Wasser und eine milde Seife verwenden. Wer seine Brille trocken putzt, riskiert, den Staub zu zer-



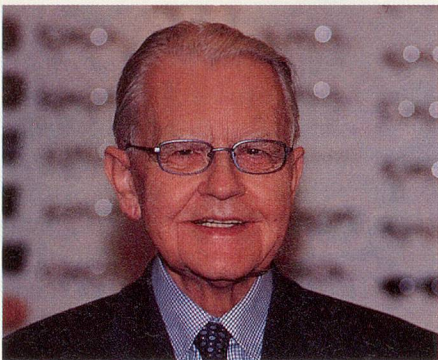
Edel: Die klassische, zeitlose Herrenbrille aus Titan. Das weiss und gelb marmorierte Dekor ist schlicht und hat trotzdem Pfiff.
Modell Longines, CHF 640.–



Natürlich: Ein warmer Ton bringt Farbe ins Gesicht. In Kombination mit dem feinen Metallsteg über der Nase wirkt diese Brille leicht und doch nicht langweilig.
Modell Davidoff, CHF 390.–



Sportlich: Dieser dunkle Metallrahmen ist sehr fein, was Leichtigkeit und dennoch Kontrast und Stil verleiht. Geeignet für eher schwache Korrekturen.
Modell Hugo Boss, CHF 360.–



Intelligent: Diese Brille vereint die Materialvorteile des Titans mit einer breitrandigen, modischen Form. Der leichte Blauton macht die kühle Eleganz aus.
Modell Nikon, CHF 460.–



Streng: Der Kontrast dieser dunklen Kunststofffassung wirkt zum grauen Haar und zum eher blassen Teint sehr hart. Ein hellerer Rahmen macht freundlicher.
Modell Rodenstock, CHF 250.–



Rassig: Dieses leicht eckige Metallgestell ist dezent gemustert. Dank Doppelsteg und Flexscharnier wirkt es sportlich und ist auch für ein Abenteuer zu haben.
Modell Jaguar, CHF 390.–

reiben und so das Glas zu zerkratzen. Von Zeit zu Zeit lohnt sich eine kostenlose Ultraschallreinigung im Fachgeschäft. Die Optikerin: «Schliesslich bringt man sein Auto auch zum Fachmann in den Service...»

Ursula K. jedenfalls ist von ihrer neuen Gleitsichtbrille überzeugt. «Endlich sehe ich die Blätter am Baum und nicht nur seine Umrisse», staunt sie und blickt sich begeistert um. Auch das Lesen und die Arbeit am Computer klappen bestens. Noch wird sie sich eine Weile daran gewöhnen und die Funktion ihrer Brille kennen lernen müssen. Aber als Lohn ihrer Geduld winkt eine klare, schöne neue Welt. ■

Wir danken Elsbeth Schudel und Ernst Meier von der Senioren Bühne Zürich, die sich als Modelle zur Verfügung gestellt haben. Alle Aufnahmen wurden bei Zett-Meyer Optik in Zürich gemacht.

WAS KOSTET EINE BRILLE?

Das Preisspektrum bei den Brillenfassungen ist beträchtlich – es reicht vom billigsten Aktionsmodell über Markenfassungen im mittleren Segment bis zum edlen Designstück mit nach oben offener Preisskala. Entscheidend sind die Wünsche und Bedürfnisse der Trägerinnen und Träger.

Bei den Gläserpreisen spielen eher technische Aspekte eine Rolle. Konsumenten mögen sich wundern, warum zum Beispiel Gleitsichtgläser zu so unterschiedlichen Preisen angeboten werden – auf dem Ladentisch sehen doch alle Gläser gleich aus. Den Unterschied zwischen einem teureren Glas der neuesten Generation und einem viel günstigeren Vorläufertyp merkt man erst beim Tragen. Gerade bei Gleitsichtgläsern ist eine fachkundige Beratung und eine sorgfältige individuelle Anpassung entscheidend.

Wer nur eine Lesebrille braucht, hat die Wahl zwischen günstigen Fertigbrillen mit Standard-Korrekturen und einer individuell angefertigten Lesebrille vom Augenoptiker. Einstärkengläser, wie sie bei Lesebrillen zum Einsatz kommen, sind viel einfachere Produkte als Gleitsichtgläser und daher wesentlich erschwinglicher.

Dominic Ramspeck, Infostelle Schweizer Optikerverband SOV

Brillenbeitrag der Krankenkasse: Die obligatorische Krankenversicherung zahlt Erwachsenen alle fünf Jahre 200 Franken an Brillen oder Kontaktlinsen. Bei Augenkrankheiten gelten Sonderregelungen. Nachfragen lohnt sich.