

Wenn das Hirn wegen der Augen streikt

THUN Konzentrations- und Leseschwächen werden vor allem bei Kindern oft damit begründet, dass sie zu viel Zeit am Bildschirm verbringen. Nicht selten liegt die Wurzel des Problems bei den Augen. Eine Thuner Firma hat Lösungen.

«Kinder starren heute viel zu viel auf Bildschirme, und das ist schädlich für die Augen.» Eine pauschalisierte Aussage, die nicht nur Visualtrainer Raymond E. Wälti aus Thun oft zu hören bekommt. Der Augenspezialist widerspricht der These nicht, relativiert sie aber. «Wir sind heute mit zwei Problemen stärker konfrontiert als in der Vergangenheit», sagt er. «Zum einen ist da die Kurzsichtigkeit, von der viele in jungen Jahren betroffen sind. Diese kann mit einer Brille oder mit Linsen behoben werden.»

Bewegung ist gut fürs Sehen

Komplexer werde es, wenn Kinder Mühe haben mit dem Lesen, aber der Augenarzt feststellt, dass die Augen kerngesund sind. «Meist handelt es sich dann um funktionale Sehschwächen», sagt Wälti, der mit seiner Frau Marlies seit zwanzig Jahren in Thun das Spezialgeschäft Optilens führt (vgl. Kasten). Eine solche funktionale Schwäche kann sein, dass das Fokussieren der Augen das Hirn derart anstrengt, dass die Konzentration leidet, sodass plötzlich Worte oder ganze Zeilen nicht zu Ende gelesen oder übersprungen werden. «Die Verarbeitung des Gesehenen findet im Hirn statt», sagt Raymond E. Wälti. «Von der Geburt an trainieren wir dies, ohne es zu merken.» So lernt ein Baby zunächst, den Blick auf einen Gegenstand oder einen Menschen zu fixieren, dann diesem zu folgen, und so weiter. «Sobald das Kind krabbelt, lernt das Auge, augenblicklich den Fokus von einem Gegenstand auf einen anderen zu verlagern.» Je mehr und weiter sich ein Kind bewegt, desto weitere Distanzen überblickt es, beziehungsweise desto grössere Distanzunterschiede muss das Auge bewältigen können und sofort ein scharfes Bild an das Hirn übermitteln. Kurzum: Bewegung – am

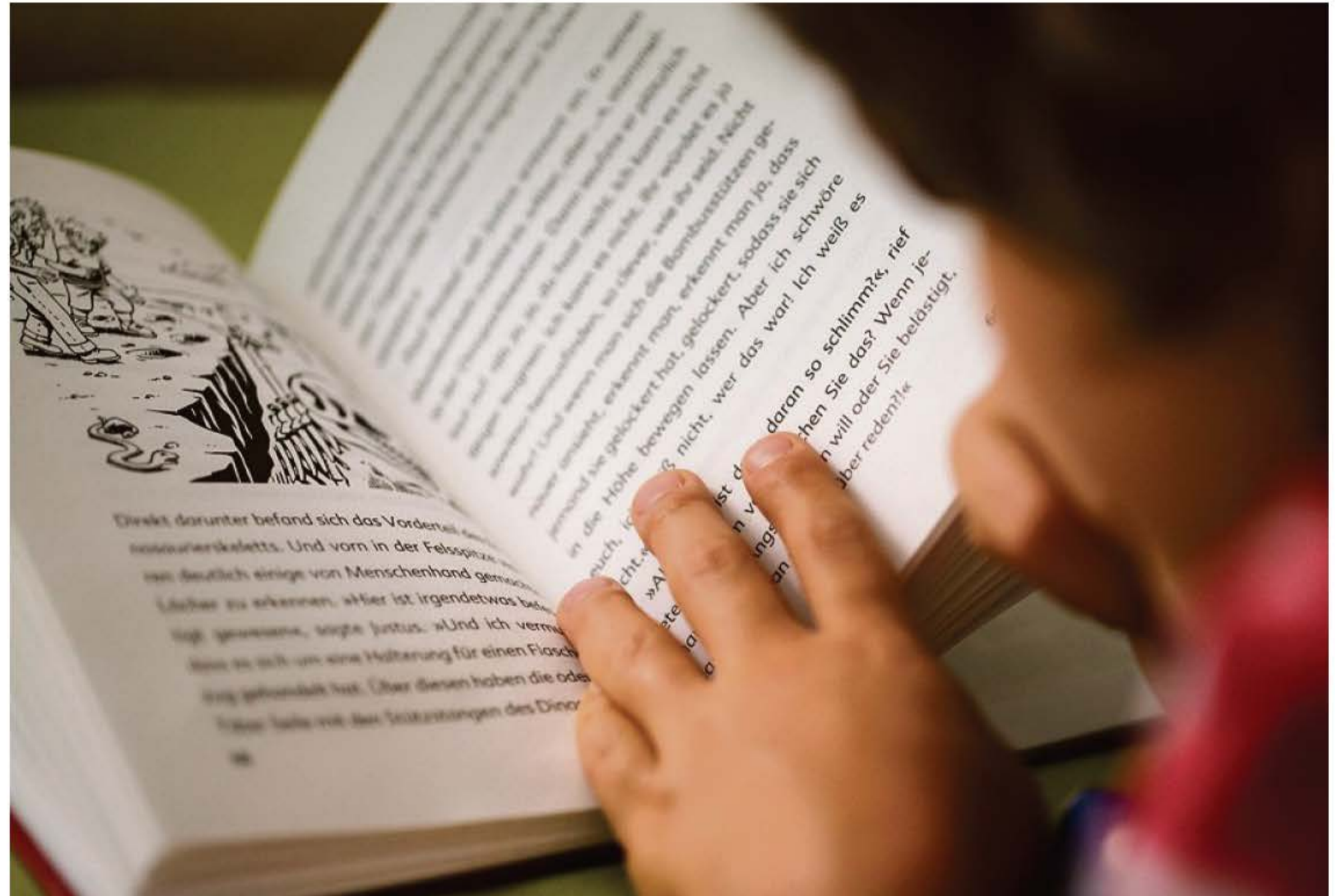
besten unter freiem Himmel – ist nicht nur gesund für den Bewegungsapparat, sondern auch für den Sehsinn.

Training wird vernachlässigt

Hier kommt die oft kritisierte Bildschirmzeit ins Spiel. «Bleibt dieses natürliche Training aus, beziehungsweise wird es vernachlässigt und blicken Kinder früh regelmässig und lange auf einen Bildschirm oder ein Buch, die sich immer in ähnlicher Distanz von den Augen weg befinden, muss sich das Hirn später viel stärker anstrengen, um die Bilder zu interpretieren, die das Auge übermittelt», erklärt Wälti. «Die Folge sind nicht selten visuelle Schwierigkeiten, die zu Problemen beim Lesen führen.»

Seit 2001 bietet Optilens deshalb ein Visualtraining für Kinder und Erwachsene mit Leseschwierigkeiten an – als eine der ersten Firmen der Schweiz. Das nötige Wissen dazu hat sich Raymond E. Wälti mit Studien unter anderem in den USA erarbeitet. «Während die Thematik im angelsächsischen Raum sehr präsent ist, hatte man sie im deutschsprachigen Europa bis vor einigen Jahren weitgehend aus den Augen verloren», sagt er.

In diesen Visualtrainings gehts primär darum, den «Trainingsrückstand» des Hirns aufzuholen, sodass entspanntes Lesen möglich wird. «In 80 Prozent der Zeit im Training wird mit Gegenständen und Hilfsmitteln gearbeitet, welche mit den Händen berührt werden können.» Neben Kindern und Erwachsenen mit Leseschwächen schwören auch Sportler auf Visualtraining. «Ein Golfer, der die Distanz zwischen Schläger und Ball sauber abschätzen kann, schlägt präziser», sagt Raymond E. Wälti, «ein Biker, der die Distanz zu einer Kurve genau einschätzen kann, fährt die Kurve schneller.» *Marco Zysset*



Ein Kind liest. Wenn es dabei Probleme hat, bedeutet das nicht zwingend, dass es schlechte Augen hat.

Patrick Gutenberg

OPTILENS

Familienbetrieb mit zehn Angestellten

1997 eröffneten Marlies und Raymond E. Wälti die Optilens GmbH als Spezialgeschäft für Kontaktlinsen in Thun. 2001 folgte die Abteilung Visualtraining für Kinder/Erwachsene mit Leseschwierigkeiten; ab 2003 war das Unternehmen nach eigenen Angaben «massgeblich» an der Einführung von Nachtlinsen in der Schweiz beteiligt. 2010 wurden die Geschäftsräumlichkeiten am Bälliz 67 auf zwei Stockwerke vergrössert, **die Abteilung Visualtraining wurde auf über 100 Quadratmeter erweitert.** Hinzu kam das neue Angebot eines Scree-

nings für grünen oder grauen Star, Makuladegeneration und trockene Augen. Seit 2013 arbeitet Optilens mit den Pallas-Kliniken in Bern zusammen und bietet Laser- und Staroperationen an. Heute beschäftigt die Firma rund zehn Mitarbeitende. *maz*

Zum 20-Jahr-Jubiläum bietet Optilens bis Ende Dezember 2017 einen kostenlosen Eignungstest für Nachtlinsen an. Zudem können Eltern von 12- bis 25-jährigen Kindern und Jugendlichen von einer kostenlosen Erstberatung für Brillen, Linsen oder einem Visualtraining profitieren. www.optilens.ch



Das Optilens-Team um Marlies und Raymond E. Wälti in der Bildmitte *zvg*