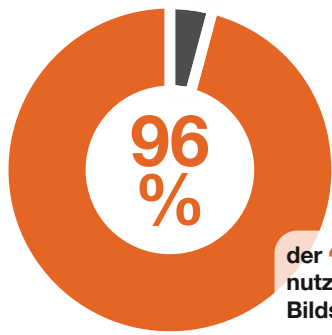


Bildschirmnutzung und Auswirkungen auf die Gesundheit

Umfrage Kuratorium Gutes Sehen e.V. in Deutschland, Juni 2013, 500 Teilnehmer ab 18 Jahren

Mehr als 90 % der 40 - 60 Jährigen nutzen täglich Bildschirmgeräte



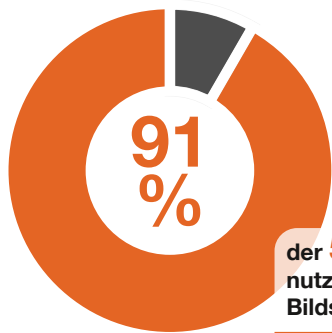
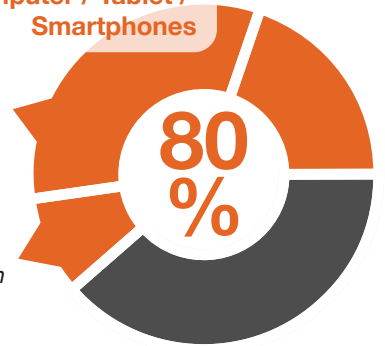
der **40-49**-Jährigen nutzen täglich Bildschirmgeräte**



80 % nutzen täglich Computer / Tablet / Smartphones

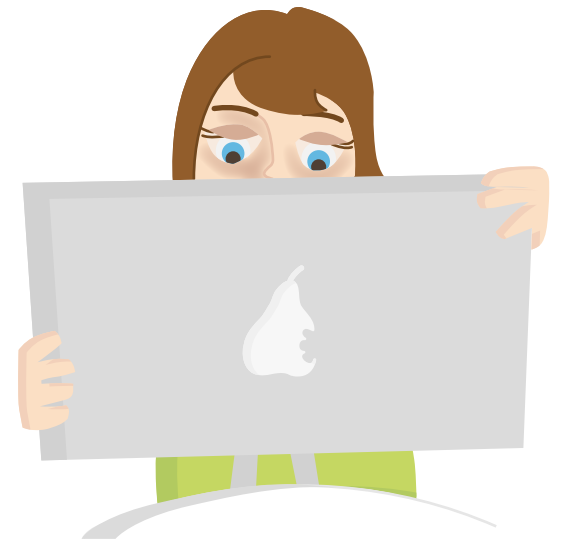
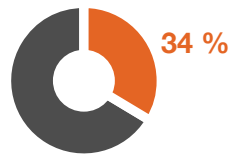
33 % mehr als vier Stunden pro Tag

9 % mehr als acht Stunden täglich



der **50-59**-Jährigen nutzen täglich Bildschirmgeräte**

in dieser Altersgruppe verbringen mehr als 4 Std. täglich vor dem Bildschirm



Bildschirmnutzer leiden unter gesundheitlichen Beeinträchtigungen

Bei der Nutzung von Bildschirmgeräten leiden die Befragten unter:

Frauen leiden häufiger unter diesen „astenopischen Beschwerden“ als Männer

41 %
Nackenschmerzen / Verspannungen



14 %
schwere Augenlider

16 %
brennende / tränende Augen

19 % Müdigkeit

Ab dem 40. Lebensjahr nimmt die Sehleistung rapide ab

** Ab dem 40. Lebensjahr setzt die so genannte „Alterssichtigkeit“ ein, bei der die Augenlinse an Elastizität verliert und nicht mehr richtig scharfstellen kann. Fürs Nahsehen und mit der Zeit auch für mittlere Entfernungen wird eine Sehkorrektur benötigt.

In Deutschland arbeiten ca. 17 Millionen Menschen am Bildschirm. 90 % leiden unter Beschwerden. Aber nur 2 % nutzen eine Bildschirmbrille.



- Die Bildschirmbrille hat große Sehbereiche für kurze und mittlere Distanzen, dazwischen gleitende Übergänge
- Eine Bildschirmbrille sorgt für entspannte Sicht auf den Monitor, den Schreibtisch und den Gesprächspartner
- Bildschirmbrillen werden präzise auf die typischen Distanzen, Blickbewegungen und den Träger angepasst
- Die Bildschirmbrille kann Verspannungen und frühzeitige Ermüdung verhindern