

Online-Sehtests können Sehprobleme früh sichtbar machen – Stiftung Auge erklärt, warum sie den Augenarztbesuch nicht ersetzen

München – Digitale Gesundheitsangebote gewinnen auch in der Augenheilkunde zunehmend an Bedeutung: Immer mehr Menschen nutzen Online-Sehtests, um selbst das eigene Sehvermögen schnell und unkompliziert zu überprüfen. Sie können helfen, Veränderungen der Sehschärfe frühzeitig zu erkennen. Ihre Ergebnisse führen jedoch auch leicht zu falscher Sicherheit oder unnötiger Verunsicherung – denn weder ein gutes noch ein auffälliges Ergebnis erlaubt verlässliche Rückschlüsse auf die Gesundheit der Augen. Die Stiftung Auge erklärt, welche Chancen aber auch Grenzen digitale Sehtests haben und wann eine augenärztliche Abklärung besonders wichtig ist.

Online-Sehtests werden heute von verschiedenen Anbietern als Smartphone-App oder Browser-Anwendung bereitgestellt. Nutzerinnen und Nutzer prüfen dabei ihre Sehschärfe, indem sie Zahlen, Buchstaben oder Symbole auf dem Bildschirm erkennen müssen. Teilweise werden die Ergebnisse automatisch ausgewertet oder mit früheren Messungen verglichen. „Derartige Angebote können Menschen eine erste Orientierung geben und sie für Veränderungen ihres Sehens sensibilisieren“, erklärt Priv.-Doz. Dr. med. Jan Terheyden, Augenarzt an der Universitäts-Augenklinik Bonn. Allerdings seien die Ergebnisse stark von Faktoren wie der Bildschirmhelligkeit, Raumbeleuchtung oder dem richtigen Abstand zum Gerät abhängig, betont der Experte. Hier gibt es klare Vorgaben, die seitens der Anbieter kommuniziert und von den Nutzenden eingehalten werden müssen.

Gute Sehschärfe bedeutet nicht automatisch gesunde Augen

Wer zuhause einen Sehtest machen möchte, sollte sich auch über die richtige Einordnung der Testergebnisse informieren: „Ein gutes Ergebnis bedeutet nicht automatisch, dass die Augen gänzlich gesund sind“, erklärt Terheyden. Viele Augenerkrankungen können über lange Zeit bestehen, obwohl die Sehschärfe noch normal erscheint.

Auch Professor Dr. med. Frank G. Holz, Direktor der Universitäts-Augenklinik Bonn und Vorsitzender der Stiftung Auge, warnt vor falscher Sicherheit: „Online-Sehtests ersetzen keine augenärztliche Untersuchung. Erkrankungen wie die altersabhängige Makuladegeneration, diabetische Netzhautschäden oder ein Glaukom (Grüner Star) lassen sich dadurch nicht zuverlässig ausschließen.“

Online-Sehtests können die Früherkennung unterstützen

Gleichzeitig sehen die Experten in digitalen Angeboten Potenzial: „Gut entwickelte und wissenschaftlich geprüfte Tests können Menschen dafür sensibilisieren, Sehverschlechterungen ernst zu nehmen und ärztlich abklären zu lassen“, so Terheyden. Voraussetzung sei jedoch, dass die Anwendungen verständlich aufgebaut seien und Nutzerinnen und Nutzer die Ergebnisse richtig einordnen könnten. Hier brauche es künftig mehr wissenschaftliche Untersuchungen und einheitliche Qualitätsstandards. Wer unsicher ist, welcher Test vertrauenswürdig oder im individuellen Fall sinnvoll ist, sollte sich von einer Augenärztin oder einem Augenarzt beraten lassen.

Plötzliche Sehverschlechterungen immer ernst nehmen

Besonders wichtig ist es, akute Veränderungen des Sehens ernst zu nehmen. „Wenn sich das Sehvermögen plötzlich oder stark verschlechtert, sollte immer ärztliche Hilfe gesucht werden“, rät Terheyden. In seltenen Fällen könnten solche Beschwerden auch auf ernsthafte Erkrankungen hinweisen. Die Stiftung Auge empfiehlt daher, digitale Sehtests allenfalls als ergänzende Orientierung zu nutzen – nicht jedoch als Ersatz für regelmäßige augenärztliche Kontrollen.

2008 von der DOG gegründet, setzt sich die Stiftung Auge dafür ein, vermeidbare Erblindungen und schwere Seheinschränkungen zu bekämpfen. Informationen zu den Projekten der Stiftung Auge sind unter www.stiftung-auge.de nachzulesen.