

**Thema:** Die Sonne lacht, das Auge weint – Darauf sollten Sie bei Sonnenbrillen achten!

**Beitrag:** 1:46 Minuten

**Anmoderationsvorschlag:** Manch einer sammelt sie oder kauft sich alle paar Wochen eine neue, weil er sie ständig verlegt. Die Rede ist von der Sonnenbrille, die vor allem jetzt, wenn die Sonne wieder richtig scheint, getragen wird. Es gibt tausende Modelle mit unendlich vielen Farben und Formen. Aber bei Sonnenbrillen geht es nicht nur um das Aussehen, sondern auch um den richtigen Schutz für Ihre Augen. Oliver Heinze berichtet.

**Sprecher:** Kopfschmerzen, Augenbrennen und sinkende Sehstärke können Folgen sein, wenn man keine Sonnenbrille trägt. Besonders tückisch sind UV-Strahlen.

**O-Ton 1 (Dr. Susanne Woelk, 0:06 Min.):** „Man merkt erst nach Stunden, dass man davon zu viel abbekommen hat. Dann kann das zu schmerzhaften Horn- oder Bindehautentzündungen führen.“

**Sprecher:** So Dr. Susanne Woelk von der Aktion DAS SICHERE HAUS. Vor allem am Strand, auf dem Wasser und in den Bergen ist die UV-Strahlung hoch.

**O-Ton 2 (Dr. Susanne Woelk, 0:08 Min.):** „Man sagt, dass pro tausend Höhenmetern die UV-Strahlung um etwa 8 Prozent steigt. Wenn man schwimmt, reflektiert die Wasseroberfläche noch zehn Prozent der gefährlichen UV-Strahlen.“

**Sprecher:** Eine gute Sonnenbrille schützt hier, wobei nicht der Preis, sondern das CE-Zeichen und die Filterkatagorie entscheidend sind. Die werden von 0 bis 4 eingeteilt.

**O-Ton 3 (Günter Ott, 0:24 Min.):** „Bei der Kategorie 2 handelt es sich um eine Brille, die für unsere Breitengrade in der Regel geeignet ist. Für den Strand, für die Tropen und auch für das Hochgebirge benötigt man eine Filterkategorie 3. Bei den sogenannten Gletscherbrillen handelt es sich um Gläser, die sehr dunkel sind und diese Gläser dürfen für den Straßenverkehr nicht eingesetzt werden.“

**Sprecher:** Erklärt Günter Ott von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. Damit die Brille richtig schützt, muss sie aber auch richtig sitzen.

**O-Ton 4 (Günter Ott, 0:11 Min.):** „Die Brille sollte ausreichend groß sein und über einen ausreichenden Seitenschutz verfügen. Wichtig ist auch der Tragekomfort. Eine schlecht sitzende Brille wird nicht getragen.“

**Sprecher:** Übrigens, bunte Gläser sagen nichts über die Schutzfunktion aus. Gelbe und rote Gläser sind aber für den Straßenverkehr nicht geeignet.

**O-Ton 5 (Günter Ott, 0:14 Min.):** „Weil dadurch wichtige Signalfarben nicht richtig erkannt werden können. Bei Wintersportler sind gelbe Gläser beliebt. Damit werden, bei schlechten Sichtverhältnissen, die Konturen der Piste nochmal verbessert.“

**Abmoderationsvorschlag:** Ihre Augen sollten Sie auf jeden Fall vor der Sonne schützen, vor allem am Strand und in den Bergen. Dabei bedeutet aber eine billige Brille nicht gleichzeitig, dass sie weniger schützt. Achten Sie beim Kauf auf das CE-Zeichen und die Filterkategorie! Mehr Infos finden Sie auch im Internet unter [www.das-sichere-haus.de](http://www.das-sichere-haus.de).

**Thema:** Die Sonne lacht, das Auge weint – Darauf sollten Sie bei Sonnenbrillen achten!

**Interview:** 2:54 Minuten

**Anmoderationsvorschlag:** Manch einer sammelt sie oder kauft sich alle paar Wochen eine neue, weil er sie ständig verlegt. Die Rede ist von der Sonnenbrille, die vor allem jetzt, wenn die Sonne wieder richtig scheint, getragen wird. Es gibt tausende Modelle mit unendlich vielen Farben und Formen. Aber bei Sonnenbrillen geht es nicht nur um das Aussehen, sondern auch um den richtigen Schutz für Ihre Augen. Warum der so wichtig ist, erklärt Dr. Susanne Woelk von der Aktion DAS SICHERE HAUS

**Begrüßung:** „Hallo!“

**1. Frau Dr. Woelk, vorab einmal die Frage: Was kann eigentlich passieren, wenn man überhaupt keine Sonnenbrille trägt?**

**O-Ton 1 (Dr. Susanne Woelk, 0:26 Min.):** „Unsere Augen können dann stark geblendet werden. Das führt dann oft zu Kopfschmerzen und Augenbrennen. Und auf Dauer wird auch die Sehstärke geschwächt. Es in Deutschland pro Jahr etwa 400.000 Augen-Operationen wegen des „Grauen Stars“, der eben auch durch langjährige Sonneneinstrahlung ausgelöst werden kann. Besonders tückisch sind UV-Strahlen, weil sie man sie eben nicht sieht. Und man merkt erst nach Stunden, dass man davon zu viel abbekommen hat. Dann kann das zu schmerzhaften Horn- oder Bindehautentzündungen führen.“

**2. Wann sollte man auf jeden Fall eine qualitativ hochwertige Sonnenbrille tragen?**

**O-Ton 2 (Dr. Susanne Woelk, 0:25 Min.):** „Besonders gefährdet ist man am Strand, auf dem Wasser oder in den Bergen. Wintersportler oder Wanderer sind zum Beispiel erhöhter UV-Strahlung ausgesetzt. Man sagt, dass pro tausend Höhenmetern die UV-Strahlung um etwa 8 Prozent steigt. Im Winter werden die Strahlen außerdem vom hellen Schnee reflektiert. Und im Sommer, wenn man schwimmt, reflektiert die Wasseroberfläche noch zehn Prozent der gefährlichen UV-Strahlen. Im Wasser und in den Bergen, also ruhig eine gute Sonnenbrille tragen!“

**Dr. Susanne Woelk über die Qualität von Sonnenbrillen. Vielen Dank für das Gespräch!**

**Verabschiedung:** „Bitte, gerne!“

**Zwischenmoderation:** Am Strand, in den Bergen und auf dem Wasser also immer eine gute Sonnenbrille tragen. Aber was macht eine gute oder eine schlechte Sonnenbrille aus. Im Urlaub oder beim Shoppen in der Stadt werden uns Brillen, die nicht mal zehn Euro kosten, quasi hinterhergeworfen. Was eine gute Sonnenbrille ausmacht, weiß Günter Ott von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, hallo!

**Begrüßung:** „Hallo, ich grüße Sie!“

### **3. Herr Ott, ist eine billige Sonnenbrille gleich eine schlechte Sonnenbrille?**

**O-Ton 3 (Günter Ott, 0:24 Min.):** „Unsere Untersuchungen zeigen, dass der Preis keinen Hinweis auf eine gute Brille gibt. Auch preiswerte Brillen können eine gute Schutzfunktion haben. Neben dem CE-Kennzeichen sollte auf der Brille die Filterkategorie angegeben sein. Zum einen bestätigt der Hersteller, dass er die entsprechende EU-Richtlinie erfüllt und die Filterkategorie zeigt an, wie gut die Brille vor Blendung schützt.“

### **4. Was gibt es denn alles für Kategorien und was besagen die?**

**O-Ton 4 (Günter Ott, 0:34 Min.):** „Es gibt fünf Filterkategorien. Die werden eingeteilt von 0 bis 4. Je höher die Kategorie, umso besser schützt die Brille vor UV-Strahlung und Blendung. Bei der Kategorie 2 handelt es sich um eine Brille, die für unsere Breitengrade in der Regel geeignet ist. Für den Strand, für die Tropen und auch für das Hochgebirge benötigt man eine Filterkategorie 3. Bei den sogenannten Gletscherbrillen handelt es sich um Gläser, die sehr dunkel sind und diese Gläser dürfen für den Straßenverkehr nicht eingesetzt werden.“

### **5. Wie sollte die Brille sitzen, damit sie richtig schützt?**

**O-Ton 5 (Günter Ott, 0:21 Min.):** „Eine Brille, wie John Lennon sie getragen hat, mit den kleinen, runden Gläsern, die ist also wenig geeignet, weil die Augen nur schlecht abgedeckt werden. Die Brille sollte ausreichend groß sein und über einen ausreichenden Seitenschutz verfügen. Wichtig ist auch der Tragekomfort. Eine schlecht sitzende Brille wird nicht getragen.“

### **6. Seit Jahren im Trend sind ja auch bunte Gläser bei Sonnenbrillen. Wie sehr schützen die das Auge?**

**O-Ton 6 (Günter Ott, 0:22 Min.):** „Die Farbe der Gläser hat nichts mit der Schutzfunktion zu tun. Für den Straßenverkehr sind zum Beispiel gelbe und rote Gläser nicht geeignet, weil dadurch wichtige Signalfarben nicht richtig erkannt werden können. Bei Wintersportler sind gelbe Gläser beliebt. Damit werden, bei schlechten Sichtverhältnissen, die Konturen der Piste nochmal verbessert.“

**Günter Ott über die richtige Sonnenbrille und worauf man beim Kauf achten sollte, damit das Auge gut geschützt ist. Vielen Dank für das Gespräch!**

**Verabschiedung:** „Schönen Dank, tschüss!“

**Abmoderationsvorschlag:** Ihre Augen sollten Sie auf jeden Fall vor der Sonne schützen, vor allem am Strand und in den Bergen. Dabei bedeutet aber eine billige Brille nicht gleichzeitig, dass sie weniger schützt. Achten Sie beim Kauf auf das CE-Zeichen und die Filterkategorie! Mehr Infos finden Sie auch im Internet unter [www.das-sichere-haus.de](http://www.das-sichere-haus.de).