

# Tipps für kleine Brillenträger

## Liebe Eltern,

Ihr Kind ist weitsichtig (übersichtig) und hat eine Brille bekommen. Da es sehr wichtig ist, dass ihr Kind seine Brille auch trägt, hier einige Tipps, wie Sie ihm bei der Gewöhnung an die Brille helfen können.

- Damit Ihr Kind Freude an seiner neuen Brille hat, sollte es die Brille auf jeden Fall mit aussuchen dürfen. Dabei sollte ein guter Sitz der Brille, eine gute Korrektur der Sehschwäche und gleichzeitig ausreichende Sicherheit gegeben sein.
- Ihr Kind will die Brille vielleicht zunächst nicht tragen. Das ist normal. Gestehen Sie ihm eine längere Eingewöhnungszeit zu. Beginnen Sie mit kürzeren Tragezeiten und verlängern die Zeit nach und nach. Da kann auch manchmal eine kleine Belohnung helfen. Ziel ist, dass das Kind die Brille schließlich konstant trägt. Denn **nur** durch **regelmäßiges** und **konstantes Tragen der Brille** verbessern sich die Beschwerden wie Kopfschmerzen, Ermüden beim Lesen, Konzentrationsprobleme, Schielen o. Ä.
- Manche Kinder sehen anfangs mit der Brille etwas verschwommen, was sich aber meist rasch gibt. Das kann bei den Kindern zu Verunsicherung führen, da viele weitsichtige Kinder ohne Brille sowohl in der Ferne als auch in der Nähe gut sehen. Dazu muss sich das weitsichtige Auge aber sehr anstrengen, es steht sozusagen unter ständigem Dauerstress, was die oben genannten Beschwerden dann auslöst. Erklären Sie Ihrem Kind daher, dass es die Brille nicht in erster Linie tragen muss, um scharf zu sehen, sondern um den Augen zu helfen, dass sie sich beim Sehen nicht so anstrengen müssen.
- Ansonsten ist es sehr wichtig, dass Sie Ihrem Kind eine positive Einstellung zu seiner Brille vermitteln. Viele Kinder mögen es, wenn man Ihnen sagt, dass sie mit der Brille sehr schlau aussehen oder dass sie ihnen einfach gut steht.
- Bitten Sie auch im Kindergarten oder in der Schule um Unterstützung. Bitten Sie die Erzieherinnen bzw. die Lehrer und Lehrerinnen mit darauf zu achten, dass das Kind die Brille trägt.

## Bitte bedenken Sie:

Eine unzureichend behandelte Weitsichtigkeit, weil die Brille in der Schublade liegt und nicht getragen wird, kann weitreichende Folgen haben. So kann sich Schielen und in dessen Folge ein unzureichendes räumliches Sehen entwickeln.

Es können sich Kopfschmerzen, müde Augen, Konzentrationsstörungen und Probleme beim Lesen und Schreiben einstellen. Solche Kinder werden dann oft zu unrecht als schlechte Schüler eingestuft!

Diese Tipps und Anregungen wurden von der Abteilung für Kinder- und Jugendgesundheit des Gesundheitsamtes Bielefeld sowie von den Bielefelder Augenärzten und Augenärztinnen erteilt.

Gerne geben wir Ihnen weitere Auskünfte!

Ihre Ansprechpartnerinnen:  
Frau Dr. Klein, Frau Weinreich

Kinder- und Jugendgesundheit  
Nikolaus-Dürkopp-Str. 5 - 9  
33602 Bielefeld  
Tel: 0521 51-3878

