
Stures Starren am PC

Des Menschen bester Freund ist neuerdings sein Computer. Weniger begeistert von diesem innigen Verhältnis ist allerdings das Auge – und gibt dies manchmal auch deutlich zu erkennen.

Kaum ein Büroarbeitsplatz kommt heutzutage noch ohne Computer aus, und bei nicht wenigen geht es abends vor dem heimischen Rechner noch weiter: E-Mails schreiben, Urlaub buchen, Omas Kaffeemühle online versteigern, Bücher bestellen oder einfach nur spielen. Anschließend wundert man sich, dass die Augen nicht mehr mitmachen – und dann hat man es: das so genannte Computer Vision Syndrome (CVS). Jeder zweite der rund 75 Millionen Amerikaner, die regelmäßig einen Computer nutzen, leiden darunter, sagen Fachleute. Die Symptome sind schmerzende Augen, Verschwommensehen, Kopfschmerzen und trockene Augen. Und dabei handelt es sich nicht um eine Lapalie: Inzwischen wird das Computer Vision Syndrome von amerikanischen Experten sogar als echtes Gesundheitsproblem gesehen, das die Produktivität der Arbeitnehmer negativ beeinflusst. Abhilfe schaffen regelmäßige Bildschirmspausen und Tränenersatzmittel sowie spezielle Brillengläser, die die Blendeffekte des Computerbildschirms reduzieren.