



DOG
Deutsche Ophthalmologische
Gesellschaft

Gesellschaft für Augenheilkunde

DOG 2021 online
30. September bis 3. Oktober 2021

DOG 2021 online
30.9.–3.10.2021

Präsident der DOG
Prof. Dr. Hagen Thieme
Magdeburg

Mythos Blaulichtschaden

Experten geben Entwarnung: LED-Displays sind keine Gefahr für Augen oder Schlaf

Berlin – Filter für Smartphones, Computerbrillen für Kinder, Kontaktlinsen für PC-Arbeit: Viele Produkte werben mit dem Schutz vor Blaulicht, das von Bildschirmen und Handydisplays ausgeht. Doch ist blaues Licht wirklich schädlich für unsere Augen, beeinträchtigt es den Schlaf? Nein, sagen Experten der Deutschen Ophthalmologischen Gesellschaft (DOG). Warum wir vor dem Einschlafen die Helligkeit elektronischer Geräte dennoch reduzieren sollten und welches Licht tatsächlich Netzhautschäden verursachen kann, erläutern Ophthalmologen auf der Vorab-Presskonferenz zur DOG 2021 online. Der Kongress findet vom 30. September bis 3. Oktober 2021 virtuell statt.

Blaues Licht gehört zum sichtbaren Teil des elektromagnetischen Spektrums und zeichnet sich durch Energiereichtum aus. „Dennoch ist die Lichtstärke bei der Nutzung elektronischer Geräte viel zu gering, um Netzhautschäden an den Augen hervorzurufen“, sagt Professor em. Dr. rer. nat. Michael Bach vom Universitätsklinikum Freiburg. Dies zeigt der Vergleich: Die natürliche Beleuchtungsstärke im Freien bei bedecktem Winterhimmel beträgt in unseren Breitengraden etwa 5.000 lux, an einem Sonnentag bis zu 100.000 lux. Ein Computer-Bildschirm, sehr hell eingestellt, bleibt in 50 cm Abstand jedoch unter 500 lux. „Auch wenn Kinder durch Corona-bedingten Fernunterricht stundenlang vor Bildschirmen sitzen, sind zumindest Blaulicht-Augenschäden dadurch nicht zu befürchten“, stellt der Sehforscher fest. Weitere Erkenntnis zu vermeintlichen Beeinträchtigungen: Kontaktlinsen, die Blaulicht blockieren, schützen einer aktuellen Studie zufolge nicht besser vor einer Ermüdung der Augen bei der Bildschirmarbeit als Standardkontaktlinsen (1).

Entwarnung gibt DOG-Experte Bach auch in Bezug auf mögliche Schlafstörungen, die das Blaulicht durch abendliches Lesen an elektronischen Geräten verursachen könnte. Diese Annahme ist inzwischen durch eine Studie mit 167 Probanden widerlegt, die erst vor wenigen Monaten erschien (2). Forscher hatten die Wirkung der „Night Shift“-Einstellung am iPhone untersucht – die Funktion dimmt bei Apple-Geräten den Blauanteil vom Displaylicht, um die behauptete

Pressestelle der DOG
Kerstin Ullrich
Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart
Tel.: +49 711 8931 641
Fax: +49 711 8931 167
ullrich@medizinkommunikation.org

DOG
Deutsche Ophthalmologische
Gesellschaft e.V.
Geschäftsstelle:
Platenstraße 1
80336 München
geschaeftsstelle@dog.org

www.dog-kongress.de
www.dog.org



Wirkung auf den Schlaf zu reduzieren. Ergebnis der dreiarmligen Studie: „Es gab keinen Unterschied in Bezug auf die Schlafqualität zwischen der Gruppe, die die Night Shift-Einstellung aktiviert hatte, und der Gruppe, die keine Night Shift-Funktion aktiviert hatte, oder der Gruppe derer, die gar kein iPhone genutzt hatten“, berichtet Bach. Der Tipp des Freiburger Sehforschers lautet daher: „Wer vor dem Einschlafen auf einem elektronischen Gerät lesen möchte, sollte eine maximale Helligkeit vermeiden – diese Empfehlung klingt trivial, ist aber richtig.“

DOG-Präsident Professor Dr. med. Hagen Thieme findet es wichtig, diese Forschungserkenntnisse in die breite Öffentlichkeit zu tragen. „Sie dienen der Aufklärung und schützen Verbraucherinnen und Verbraucher vor irreführender Werbung und verunsichernden Falschmeldungen, die rein kommerzielle Interessen verfolgen“, sagt der Direktor der Universitätsaugenklinik Magdeburg.

Auf der Online-Vorab-Pressekonferenz wird Professor Michael Bach Studienergebnisse zur Wirkung des blauen Lichts erläutern und auch auf Netzhautschäden eingehen, die sich Jugendliche beim gefährlichen Spiel mit Laserpointern zuziehen.

Quellen:

- (1) Singh S, Downie LE, Anderson AJ (2021) Do Blue-blocking Lenses Reduce Eye Strain From Extended Screen Time? A Double-Masked Randomized Controlled Trial. Am J Ophthalmol 226:243–251.
<https://doi.org/10.1016/j.ajo.2021.02.010>
- (2) Duraccio KM, Zaugg KK, Blackburn RC, Jensen CD (2021) Does iPhone night shift mitigate negative effects of smartphone use on sleep outcomes in emerging adults? Sleep Health.
<https://doi.org/10.1016/j.sleh.2021.03.005>

Bei Veröffentlichung Beleg erbeten.

Terminhinweise:

- **Online-Vorab-Pressekonferenz**
Termin: Donnerstag, 23. September 2021, 11.00 bis 12.00 Uhr
Link zur Anmeldung:
<https://attendee.gotowebinar.com/register/585594812846889229>
- **Online-Kongress-Pressekonferenz**
Termin: Donnerstag, 30. September 2021, 11.30 bis 12.30 Uhr
Link zur Anmeldung:
<https://attendee.gotowebinar.com/register/7974862707315799565>



- **Symposium: „Mythos Blaulichtschaden?“**
Termin: Donnerstag, 30. September 2021, 17.00 bis 17.45 Uhr,
Channel 3

DOG: Forschung – Lehre – Krankenversorgung

Die DOG ist die medizinisch-wissenschaftliche Fachgesellschaft für Augenheilkunde in Deutschland. Sie vereint unter ihrem Dach mehr als 7.750 Ärzte und Wissenschaftler, die augenheilkundlich forschen, lehren und behandeln. Wesentliches Anliegen der DOG ist es, die Forschung in der Augenheilkunde zu fördern: Sie unterstützt wissenschaftliche Projekte und Studien, veranstaltet Kongresse und gibt wissenschaftliche Fachzeitschriften heraus. Darüber hinaus setzt sich die DOG für den wissenschaftlichen Nachwuchs in der Augenheilkunde ein, indem sie zum Beispiel Stipendien vor allem für junge Forscher vergibt. Gegründet im Jahr 1857 in Heidelberg ist die DOG die älteste augenärztliche Fachgesellschaft der Welt und die älteste fachärztliche Gesellschaft Deutschlands.

Vorab-Presskonferenz zur DOG 2021 online

Termin: Donnerstag, 23. September 2021, 11.00 bis 12.00 Uhr

Link zur Anmeldung:

<https://attendee.gotowebinar.com/register/585594812846889229>

Vorläufige Themen und Referenten:

Highlights der DOG 2021 online

plus

Neue Operationsverfahren beim Grünen Star

Professor Dr. med. Hagen Thieme

Präsident der DOG; Direktor der Universitätsaugenklinik Magdeburg

Mythos Blaulichtschaden:

Sind Bildschirme und Handydisplays für unsere Augen ungesund?

Professor em. Dr. rer. nat. Michael Bach

Sehforscher, Klinik für Augenheilkunde, Universitätsklinikum Freiburg i. Br.

Können wir die Hornhaut bald mit Stammzellen reparieren?

Zum Stand der Forschung

Professor Dr. rer. nat. Ursula Schlötzer-Schrehardt

Akademische Direktorin und Leiterin der Forschungsabteilung an der Augenklinik der Universität Erlangen-Nürnberg

Künstliche Intelligenz: Was bringen Augenregister?

Professor Dr. med. Nicole Eter

Direktorin der Klinik und Poliklinik für Augenheilkunde am Universitätsklinikum Münster;
Sprecherin der Arbeitsgemeinschaft DOG IT, Sprecherin Lenkungsausschuss OREGIS –
Nationales Register für Augenheilkunde der DOG

Macht der Lockdown uns zu Brillenträgern? Pandemie und Kurzsichtigkeit

Professor Dr. med. Wolf Alexander Lagrèze



Leitender Arzt der Sektion Neuroophthalmologie,
Kinderophthalmologie und Schielbehandlung,
Klinik für Augenheilkunde am Universitätsklinikum Freiburg

Moderation:

Kerstin Ullrich, Pressestelle DOG, Berlin

Kongress-Pressekonferenz zur DOG 2021 online

Termin: Donnerstag, 30. September 2021, 11.30 bis 12.30 Uhr

Link zur Anmeldung:

<https://attendee.gotowebinar.com/register/7974862707315799565>

Vorläufige Themen und Referenten:

Highlights der DOG 2021 online

plus

High-Tech-Medizin: Was leisten implantierte Sensoren zur Druckmessung beim Grünen Star im Auge?

Professor Dr. med. Hagen Thieme

Präsident der DOG; Direktor der Universitätsaugenklinik Magdeburg

Was können Sonderlinsen bei Grauem Star leisten?

Professor Dr. med. Anja Liekfeld

Chefärztin der Klinik für Augenheilkunde, Ernst von Bergmann Klinikum, Potsdam

Rote Augen: Banalität oder Notfall?

Professor Dr. med. Uwe Pleyer

Sprecher der Sektion DOG-Uveitis, Klinik für Augenheilkunde,
Charité – Universitätsmedizin Berlin

COVID-19 und das Auge:

Auswirkungen der Pandemie auf die Patientenversorgung

Professor Dr. med. Gerd Geerling

Direktor der Klinik für Augenheilkunde, Universitätsklinikum Düsseldorf

Plötzlich schielen – was steckt dahinter?

Professor Dr. med. Anja K. Eckstein

Abteilung Strabologie, Neuroophthalmologie, okuloplastisch rekonstruktive Chirurgie, Klinik
für Augenheilkunde, Universitätsklinikum Essen

Moderation:

Anne-Katrin Döbler, Pressestelle DOG, Stuttgart

Kontakt für Journalisten:

Pressestelle DOG 2021 online

Kerstin Ullrich/Corinna Deckert

Postfach 30 11 20

70451 Stuttgart

Telefon: 0711 8931-641/-309

Telefax: 0711 8931-984



DOG 2021 online
30.9.–3.10.2021

ullrich@medizinkommunikation.org
www.dog.org

Wenn Sie keine Informationen der DOG mehr wünschen, senden Sie bitte eine E-Mail an: deckert@medizinkommunikation.org