

### 3 Kontaktlinsen beim Sport – was ist zu beachten?

Wer sich für Kontaktlinsen beim Sport entscheidet, sollte vor allem wissen: mit irgendwelchen Linsen sind oft keine Lorbeeren zu gewinnen. Sportler und Sportlerinnen verbrauchen viel Energie, der Sauerstoffbedarf steigt, gleichzeitig sinkt der pH-Wert am Auge. Dies sind Faktoren, welche den Tränenfilm und die Linsenverträglichkeit je nach Sportart unterschiedlich beeinflussen

#### Vorteile von Kontaktlinsen beim Sport

Kontaktlinsen bieten eine uneingeschränkte, scharfe Sicht und optimale Bewegungsfreiheit – und das bei Wind und Wetter. Sie sind hilfreich bei Koordination und schneller Reaktion. Ein weiterer Pluspunkt: unter Sportbrillen, Schutzbrillen,

Helm und Sonnenbrillen stören sie nicht. Mehr als Zweidrittel der gelegentlichen Linsenträger nutzen das Duo von Brille und Linsen schon.

#### Gibt es eine Linse passend für jede Sportart?

So wie jede Sportart die Aktiven anders herausfordert, gibt es auch für die unterschiedlichen Aktivitäten die passenden Kontaktlinsen. Es gibt keine speziellen Sportlinsen, die nur für die Verwendung beim Sport gemacht sind. Wenn Sie schon im Alltag Kontaktlinsen tragen, können Sie diese häufig auch zum Sport nutzen. Je nach Sportart kann es sinnvoll sein, ein anderes Produkt für beim Sport zu verwenden. Manchmal sind beispielsweise weiche Kontaktlinsen beim Sport besser geeignet als formstabile Linsen. Ebenso können andere Eigenschaf-

ten der Kontaktlinse, wie etwa die Sauerstoffdurchlässigkeit oder die Tragezeit entscheidend sein, ob sie für eine bestimmte Sportart zu bevorzugen sind.

#### Darum ist die Kontaktlinenanpassung wichtig!

Die für Sie beste Kontaktlinse für Ihren Sport oder Ihre Aktivitäten sollten Sie unbedingt von einem Optiker anpassen lassen. Eine individuelle Kontaktlinenanpassung sorgt dafür, dass die Linsen zu den Eigenschaften Ihrer Augen passen und den Anforderungen Ihrer Sportart gerecht werden. Nur so erhalten Sie eine optimale Korrektur Ihrer Fehlsichtigkeit und verhindern Augenschäden durch unpassende Kontaktlinsen oder Pflegemittel.



#### Kontaktlinsen einfach und schnell bei uns nachbestellen

Sie möchten sich nicht immer um die Beschaffung neuer Kontaktlinsen kümmern? Dies übernehmen wir gerne für Sie!

Ob bequem immer die richtige Menge an Linsen via unserem «Rund-um-Sorglos»-Paket bei Ihnen Zuhause oder mit nur einem «Klick» individuell nach Bedarf 7/24 nachbestellt: wir haben die Lösung für Sie.

Augenoptik Ulmer



Sprechen Sie uns gerne auf unseren neuen Service an.



#### AUGENPFLEGE

### 4 Relaxprogramm für gestresste Augen

Augen leisten jeden Tag Schwerarbeit. Damit sie schön, gesund und leistungsfähig bleiben können, verdienen sie Aufmerksamkeit und Pflege. Die Produkte von Pure Care helfen dabei. Sie sind exklusiv bei uns erhältlich.

#### Was die Augen strapaziert

Klimaanlagen und Heizungs-luft begünstigen trockene Augen. Dauernde stundenlange Bildschirmarbeit, Starren auf Handydisplays und zu wenig Schlaf wirken sich ebenso belastend aus. Umweltfaktoren wie Sonne, Wind, Staub und Pollen reizen unser Sehorgan zusätzlich. Kurzum, wir mu-ten den Augen sehr viel zu.

#### Entspannt und befeuchtet

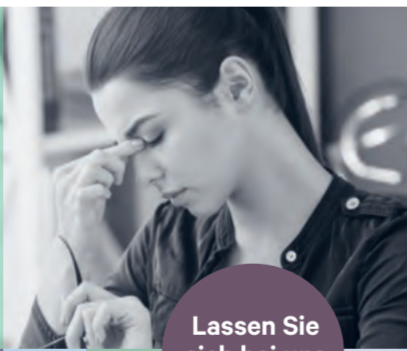
Eye Relax – die Augenmaske erfrischt, entspannt Augen und Lider und versorgt sie mit Feuchtigkeit. Ausserdem wirkt sie abschwellend, entgiftend und verfeinernd. Diese wohltuende Wirkung beruht auf natürlichen pflanzlichen Inhaltsstoffen wie Kornblumenwasser und Euphrasia (Augentrost). Wegen seiner reizlindernden, antibakteriellen und entzündungshemmenden Wirkung wird Augentrost seit Jahrhunderten zur Behandlung von Augenleiden verwendet. Die Eye Relax Augenmaske wird bei Bedarf für zehn Minuten aufgelegt und entspannt die Augen auf sanfte Art.

#### GUTSCHEINE

### GUTSCHEIN

Leiden Sie unter:

- Augenrötung
- Juckreiz
- Brennen
- Tränenfluss



Lassen Sie sich bei uns beraten!

Vereinbaren Sie jetzt einen Termin für ein **kostenloses Beratungsgespräch** über allergische Augenirritationen und Sie erhalten eine Augenmaske «EyeRelax» gratis zum Testen.



Gutschein gültig bis 31. August 2021, nur solange Vorrat. Nur ein Gutschein pro Person einlösbar.

#### IMPRESSUM

**AUGENOPTIK ULMER**  
Geerenstrasse 1  
8157 Dielsdorf  
Telefon 044 853 02 02  
augen@optik-ulmer.ch  
www.augenoptik-ulmer.ch

**Öffnungszeiten**  
Dienstag bis Freitag  
09:00 bis 12:15 Uhr / 14:00 bis 18:30 Uhr  
  
Samstag  
08:00 bis 16:00 Uhr

Wir halten uns an die Schutzmassnahmen und bitten Sie, Ihren Besuch wenn möglich anzumelden.

**Ausgabe**  
Nummer 3, Sommer 2021

**Bildnachweis**  
iStockphoto/Silhouette/Evil Eye

**Gestaltung**  
Partner & Partner, Winterthur

**Text**  
Jacqueline Vinzelberg, Stephan Nick

**Kooperation**  
Genossenschaft Team 93, Winterthur



www.gesundheitsoptik.ch

# No 3

**1** GESCHÜTZT UND SICHER UNTERWEGS  
*Welche Sportbrille ist die richtige für mich?*

**2** SPORTBRILLEN-TRENDS  
*Style trifft Performance: Brillendesign und Gläser der neuesten Generation.*

**3** KONTAKTLINSEN  
*Kontaktlinsen beim Sport – was ist zu beachten?*

**4** AUGENPFLEGE  
*Relaxprogramm für gestresste Augen*



Geschätzte Damen und Herren

Die Einschränkungen des vergangenen Corona-Jahres verlangte uns allen einiges ab. Viele haben dabei die Bewegung im Freien auf neue Art für sich entdeckt, sei es mit regelmässigen Spaziergängen, beim Wandern oder per Velo. Wussten Sie, dass körperliche Ertüchtigung an frischer Luft bei Tageslicht auch die Gesundheit der Augen fördert und positiven Einfluss auf unser Sehverhalten hat? Also nix wie raus, wann immer möglich.

Eine gute Sportbrille sollte dabei ein treuer Begleiter sein. Denn sie schützt die Augen nicht nur vor UV-Strahlung, Wind und Zugluft, sondern sorgt in jeder Lichtsituation für störungsfreie, klare Sicht und damit für Sicherheit. Die richtige Sportbrille für sich zu finden, ist aber gar nicht so leicht. Denn jede Sportart, persönliche Sehgewohnheiten und individuelles Sehvermögen stellen daran andere Anforderungen.

Dementsprechend gross und unübersichtlich ist das Angebot. Wer sich später nicht über eine schlecht sitzende Brille ärgern will, schaut daher beim Kauf besser genauer hin.

Wir nehmen uns gerne Zeit und beraten Sie ausführlich, damit Sie genau die richtige Sportbrille für Ihre Ansprüche und die Ihrer Augen finden. Worauf es dabei ankommt, lesen Sie auf den nächsten Seiten.

Wir wünschen Ihnen viel Spass bei der Lektüre sowie eine aktive und gesunde Zeit.

Beste Grüsse  
Erica Bächle und das Team von  
Augenoptik Ulmer

## 1 Sportbrille – welche ist die richtige für mich?

Ist für jede Sportart eine andere Brille erforderlich? Es gibt nur eine Antwort: Ja, weil Sportbrillen für die jeweilige Sportart perfektioniert sind. Ob Wanderer, Läufer, Velofahrer, Segler, Skifahrer oder Golfer – die Sportbrille sorgt nicht nur für Blend- und UV-Schutz, sondern erhöht auch die Sicherheit.

**S**portbrille ist nicht gleich Sportbrille, denn je nach Aktivität muss sie anderen Anforderungen gerecht werden und gutes Sehen mit Sicherheitsaspekten vereinen.

### Sonnenbrillen fürs Velo

Wind, Zugluft und wechselnde Lichtverhältnisse sind die Herausforderungen für eine Bike-Sonnenbrille. Aerodynamik, gute Belüftung und stylisches Aussehen spielen dabei eine zentrale Rolle. Für Mountainbiker oder Rennvelofahrer ist zudem die Passform entscheidend. Nichts ist ärgerlicher als eine Radbrille, die ständig von der Nase rutscht. Um Druckstellen vorzubeugen ist es sinnvoll, die Brille in Kombination mit dem eigenen Helm zu probieren.

### Berg- und Wanderbrillen

Sonnenbrillen für Wanderer und Bergsportler zeichnen sich durch einen hohen Tragekomfort, besondere Stabilität und ein breites Einsatzspektrum aus. Sie müssen nicht unbedingt federleicht sein. Der Fokus liegt eher auf einer unkomplizierten Konstruktion, die auch mal eine gröbere Behandlung unbeschadet wegsteckt, wenn die Brille mit anderer Ausrüstung im Rucksack landet.

### Sonnenbrillen zum Laufen

Reicht zum Laufen nicht die Velobrille? Jein! Denn noch mehr als beim Radfahren benötigt man beim Laufen eine Brille, welche hundertprozentig sicher sitzt. Durch die ständigen Ruckelbewegungen, die hier noch intensiver ausfallen als auf dem Bike, sind schlecht sitzende Brillen auch besonders rutschanfällig. Zudem stört jedes Gramm zu viel, das man mit sich her-



umträgt. Schon so manche «Standardsonnenbrille» versagt hier komplett den Dienst.

### Gletscherbrillen

Höhengänger kommen nicht um eine Gletschersonnenbrille herum. Die muss im Vergleich zu anderen Outdoor-Brillen in Sachen UV-Schutz und Stabilität extrem viel wegstecken.

### Lifestyle-Brillen beim Sport

Nicht jede Freizeitsportlerin benötigt gleich eine aerodynamische, wild konstruierte Sportbrille, die so felsenfest am Kopf sitzt, dass es zwickt. Wenn die Aerodynamik zugunsten des Styles auf der Strecke bleibt, ist das für alle Nicht-Profis kein Drama, sofern die Brille nicht rutscht.

### Sportbrillen für Kinder

Verantwortungsvolle Eltern sollten darauf achten, dass auch der Nachwuchs mit einer guten Sportsonnenbrille ausgestattet ist. Dafür gibt es Brillen für verschiedene Altersklassen, die auch jungen Sportlern optimalen Schutz in jeder Situation bieten und der Technologie von «Erwachsenenbrillen» in nichts

nachstehen. Die Modelle verfügen teils über ein Band, dass vor dem Verrutschen schützt, und sind teilweise symmetrisch aufgebaut, sodass sie nicht «verkehrt herum» aufgesetzt werden können.

### Schutzkategorien

Über die Schutzkategorie definiert sich, für welche Strahlungsintensität die Brillengläser geeignet sind. Es gibt etwa Velobrillen oder Laufbrillen mit stärker getönten wie auch nahezu farblosen Gläsern. Sportbrillen verfügen häufig über Wechselfilter, die unterschiedlich viel Licht absorbieren.

### Wichtige Details

Beim Kauf einer Sportbrille lohnt es sich, auf Details zu achten – wie rutschfeste Gummieinsätze am Nasensteg für sicheren Halt bei bewegungsintensiven Aktivitäten. Lüftungsschlitze sorgen für bessere Belüftung und eine klare Sicht bei schweisstreibenden Sportarten. Das Beschlagen der Gläser verhindert eine Anti-Fog-Beschichtung. Polarisierete Gläser verringern die Blendeffekte.

## 2 Style trifft Performance: Brillendesign und Gläser der neuesten Generation

Mit durchdachtem Design und innovativen Technologien heben Sportbrillen führender Hersteller Sehkomfort und Sicherheit auf ein nie da gewesenes Niveau. Davon profitiert auch, wer auf Korrekturgläser angewiesen ist.

**D**ie richtige Sportbrille ist wie ein Massanzug für die Augen. Farbe, Form, Ausstattung und Gläser lassen sich dabei fast immer individuell konfigurieren.

### Leicht und vielseitig

Der Premiumanbieter «evil eye» aus Österreich hat neue, leichtgewichtige Modelle mit weitem Sichtfeld im Programm. Verstellbare Nasenauflage und Bügel machen sie rutschfest und ermöglichen die Einstellung auf Na-

sen- und Gesichtsform. Das Design macht sie auch abseits des Sports zu attraktiven Begleitern. Sie sind auch mit optischer Verglasung und in diversen Grössen erhältlich. Die «evil eye»-Filtertechnologie gleicht extreme Lichtschwankungen aus und erhöht die Kontraste. Das lässt die Augen weniger ermüden.

### Optimale Flexibilität

Ein echtes Multitalent ist das neue Brillenmodell «traleye» von «evil eye». Die grosse, durchgehende Scheibe bietet ein fast unbegrenztes Sichtfeld. Verstellbare Nasenauflage und Bügel er-

lauben die Anpassung des Neigungswinkels auf die gewünschte Blickrichtung. Die dynamische Belüftung sorgt für klare Sicht. Der abnehmbare «sweat bar» hält den Schweiß von den Augen fern und reduziert die Zugluft. Beinahe alle Modelle sind mit Bügeln ausgestattet, welche sich bei hoher Belastung, wie einem Sturz lösen anstatt zu brechen. Sie können danach einfach wieder eingeklickt werden.

### Stufenlos scharf sehen

Auch beim Sport kann eine Gleitsichtbrille die ideale Lösung sein. «Rodenstock» bietet ein individuelles Gleitsichtglas an, das speziell auf die dynamischen Sehanforderungen im Sport

zugeschnitten ist. Es verfügt über einen grossen und ausgewogenen Sehbereich und ermöglicht eine uneingeschränkte Sicht beim Sport.

### Intelligenter Sonnenschutz

Selbsttönende Sonnenbrillengläser stimmen sich in Rekordzeit auf wechselnde Lichtverhältnisse ab. Bei starkem Sonnenlicht sind die Augen durch eine dunkle Tönung geschützt. Beim Wechsel in den Schatten hellen sich die Gläser automatisch auf. Sie lassen sich mit einer coolen Verspiegelung kombinieren, die die Infrarot-Strahlung filtert und so

die Wärmebelastung für die Augen reduziert.

### Fazit zur Kaufberatung

Das Angebot an Sportbrillen ist riesig. Eine Beratung hilft daher, den persönlichen Favoriten zu finden. Der sollte auf die Sportart und individuellen Sehbedürfnisse abgestimmt sein. Nur so ist bestes Sehen und Sicherheit garantiert.



**evil eye**  
true sport eyewear

Made in Austria

Innovative Technologie, kompromisslose Qualität und die perfekte Harmonie aus Design, Material und Optik. evil eye Sportbrillen garantieren höchsten Schutz und beste Sicht bei allen Sportarten – auch mit optischen Korrekturgläsern erhältlich.

evil eye.com f, @/evileye.eyewear