

## Kopfschmerzen weg dank MKH?

Rund 70 Prozent aller Deutschen leiden regelmäßig oder zeitweise unter Kopfschmerzen. Damit gehören Kopfschmerzen hierzulande zu den Beschwerden, über die Betroffene mit am häufigsten klagen. Die Ursachen sind vielfältig. Bei der Vielzahl möglicher Gründe übersehen manche Ärzte, dass die Schmerzen möglicherweise auf eine Fehlstellung der Augenachsen zurückgeführt werden können, die man als Winkelfehlsichtigkeit bezeichnet.

Was aber versteht man unter „Winkelfehlsichtigkeit“? Und warum kann diese Fehlstellung zu Kopfschmerzen führen? Um den Zusammenhang zu verstehen, muss man Folgendes wissen: Nur durch das Zusammenspiel beider Augen können wir räumlich sehen. Dazu müssen sich beide Augen auf das Objekt unseres Sehens ausrichten, das – im Idealfall – genau in der Mitte der Netzhautgrube abgebildet wird. Die von der Optik des Augapfels dorthin projizierten Bilder in den beiden Augen werden vom Gehirn zu einem einheitlichen räumlichen Seheindruck verarbeitet.

Bei mehr als der Hälfte der Bevölkerung ist dies jedoch nicht bzw. nur unter erheblichen Anstrengungen für die Augenmuskulatur der Fall. Denn bei ihnen ist die Abbildung im Auge in eine Richtung aus der Netzhautmitte heraus verschoben. Dies kann seitlich, nach oben oder unten oder in einer Kombination dieser horizontalen und vertikalen Abweichungsrichtung geschehen. Deshalb spricht auch man von einem „lateralen“ Bildlagefehler. Sie sind winkelfehlsichtig. Ein winkelfehlsichtiger Mensch sieht aber nicht unbedingt schlecht. Im Gegenteil: Manche haben sogar Adleraugen. Doch um wirklich gut sehen zu können muss sich der Winkelfehlsichtige – oft unbewusst – anstrengen. Das ständige "Anziehen" der Bewegungsmuskeln zur Vermeidung eines Doppelbildes ist mit einem hohen Energieverbrauch verbunden. Energie, die der Körper eigentlich für andere Aufgaben benötigt. Die pausenlose Beanspruchung kann zu Kopfschmerzen, Migräne, Augentränen, Ermüdung, Reiben, Konzentrationsschwierigkeiten, hoher Lichtempfindlichkeit und einem schlechtem Augenmaß führen. Beim Lesen kann es dazu kommen, dass Zeilen oder Buchstaben ineinander rutschen

oder die Schrift verschwimmt. Im fahrenden Auto zu lesen ist in der Regel nicht möglich; besonders bei Kindern können sogar Bauchschmerzen und Übelkeit auftreten. Besonders Ballsportarten bereiten einem winkelfehlsichtigen Menschen Schwierigkeiten ebenso wie Tennis, Golf und Badminton, bei denen es auf das genaue Zielen ankommt. Und wer beim Einparken häufiger „Tuchführung“ mit der Stoßstange des Nachbarautos hat, benötigt möglicherweise weniger eine akustische Einparkhilfe als eine prismatische Brille, die seinen vermutlich vorhandenen Bildlagefehler optimal korrigiert.

Hierbei gelangt mit der **Mess- und Korrektionsmethodik** nach Hans-Joachim **Haase** (MKH) eine sensible optometrische Untersuchungsmethode zur Anwendung, mit deren Hilfe auch laterale Bildlagefehler sicher identifiziert und korrigiert werden können. Als Ihr Augenexperte sind wir bei Brillen Raab in Hanau-Großauheim mit dem von Haase entwickelten Polatest in der Lage, auch geringfügige Fehlstellungen der Augenachsen zu bestimmen. Die augenoptische Korrektion erfolgt in der Regel mit genau definierten prismatischen Brillenlinsen, die das Bild in der Mitte der Netzhautgrube abbilden und den Augenmuskeln damit die ständige Anstrengung abnehmen. Die von uns exakt angepasste Prismenbrille ermöglicht Ihren Augen nicht nur ein ideales und entspanntes räumliches Sehen, sondern erhöht nebenbei Ihre Sicherheit im Straßenverkehr, verbessert Ihre Lesegeschwindigkeit und Treffsicherheit und lässt nicht zuletzt die mit der Überstrapazierung der Augenmuskulatur verbundenen Kopfschmerzen verschwinden. Sie werden sehen!

*Ihr Wolfgang Raab,*

*Heilpraktiker, staatlich geprüfter Augenoptiker und Augenoptikermeister*