

Blaulichtalarm

Bunte Brillen als lukratives Geschäft

Licht ist lebenswichtig, und die Welt der Farben für uns Menschen ein Genuss. Aber braucht man deshalb ein Set von elf verschiedenen Farbbrillen zum Wechseln?

Unter dem Namen *Prisma® Vitalbrillen* bietet der Hersteller *Innovative Eyewear* bunt gefärbte Gläser an, die angeblich der Gesundheit dienen und vor Schaden bewahren sollen. So verspricht der Hersteller, eine rote Brille „steigert die Sinnlichkeit (nur kurz verwenden)“¹, das indigo-getönte Modell „harmonisiert unregelmäßige Atmung bei Aufregung“. Türkis sei „hilfreich bei Elektrosmogbelastung.“¹ Alle elf Brillen kosten zusammen 399 €. Hoffentlich behält da jeder den Durchblick: Nach dem Aufstehen erst die Gläser in Rot (Tatkraft), dann während der Arbeit Gelb (Konzentration) und schließlich Orange (bei Erschöpfung), beim Grillen im Garten Türkis (gegen Heuschnupfen) und zum Einschlafen Violett (schlafördernd). – Wer an diese Farbenlehre fest glaubt, dem mag das helfen. Wir halten solch ein wildes Farbspiel mit Wechselgläsern für unsinnig.

Panikmache

Ebenfalls kritisch sehen wir die Bemühungen des Herstellers, speziell eine Brille zum Filtern von blauem Licht zu verkaufen. Glaubt man den Werbetexten, so geht eine besondere Gefahr von Bildschirmen aus: „Moderne Flachbildschirme (Computer und Fernseher) mit LCD- und LED-Hintergrundbeleuchtung strahlen ein Licht aus, das einen sehr hohen Blauanteil aufweist.“² Als typische



Folgen von Bildschirmarbeit werden Kopfschmerzen und brennende Augen genannt, langfristig soll es angeblich zu Netzhautschäden kommen. Der Brillenanbieter *Innovative Eyewear* schürt Ängste vor einer optischen Umweltverschmutzung, der „Blaulichtbelastung“, zu der angeblich auch Energiesparlampen beitragen.³ Zum Schutz empfiehlt er zwei gelb gefärbte Brillen zu je 59 €. Wir betrachten das als reine Panikmache. Zu viel blaues Licht kann den Organismus negativ beeinflussen. Doch Flachbildschirme geben so wenig blaues Licht ab, dass keine Gefahr besteht.

Strahlende Bildschirme?

Die Werbetexte lassen geschickt Assoziationen zu „strahlenden Bildschirmen“ aufkommen – und damit zur elektromagnetischen Strahlung der alten klobigen Röhrenmonitore. Flachbildschirme unterscheiden sich grundsätzlich von der Röhrentechnologie. Das bedeutet, es kann keine starke Strahlung entstehen, wie man dies von den Röhren kennt.⁴ Ein Flachbildschirm hat eine geringe

elektromagnetische Strahlung, wie jedes andere Elektrogerät auch. Sie gefährdet die Gesundheit nicht.

Dennoch kann es bei langer Bildschirmnutzung zu Problemen kommen. Die Ursachen sind vielfältig und nicht auf eine „Blaulichtbelastung“ zurückzuführen. Als angenehm empfinden die meisten Menschen Tageslicht und eine helle Umgebung. Bildschirme sollten in gewissem Abstand vor einem Fenster stehen, aber so, dass es keine blendenden Reflexe gibt. Was noch zu beachten ist, um vor dem Bildschirm Kopfschmerzen, Verspannungen, Sehprobleme oder Ermüdung zu vermeiden, hat die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin in einer Broschüre zusammengefasst.⁵

1 www.innovative-eyewear.de/content/flyer/flyer-vitalbrillen.pdf

2 www.innovative-eyewear.de/content/flyer/flyer-bluelightprotect.pdf

3 Zu Blaulicht in Energiesparlampen siehe Stellungnahme des Bundesamt für Strahlenschutz 10.8.2009 www.bfs.de/de/elektro/papiere/Energiesparlampen.pdf

4 Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin www.baua.de/de/Themen-von-A-Z/Bueroarbeit/Bildschirm-Tastatur.html?

5 Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin Wohlbefinden im Büro (2009). www.baua.de/nn_21604/de/Publikationen/Broschueren/All.xv=vt.pdf