

Augen vor Sonnenlicht schützen!

a -- West SK, Duncan DD, Munoz B et al. Sunlight exposure and risk of lens opacities in a population-based study. JAMA 1998 (26. August); 280: 714-8

[\[LINK\]](#)

Kommentiert von: Hannes Wildberger

Studienziele

Die UVB-Strahlung des Sonnenlichtes erhöht das Risiko der Entwicklung einer Linsentrübung bei beruflich stark Exponierten. In der vorliegenden Arbeit wird untersucht, ob sich ein solcher Zusammenhang auch bei der Normalbevölkerung nachweisen lässt.

Methoden

Die Erhebungen erfolgten an einer Zufallsauswahl 65- bis 84jähriger städtischer Einwohner im Rahmen des «Salisbury Eye Evaluation Projects» (USA), einer longitudinalen bevölkerungsbasierten Studie. 73% der Stichprobe meldeten sich für ein Erstinterview zuhause, 65% unterzogen sich einer Untersuchung: dokumentiert wurden die Linsenopazität und, mittels Fragebogen, die Sonnenexposition vom 30. Lebensjahr an. Die Linsenopazität wurde von zwei unabhängigen Prüfern graduiert. Die Sonnenlicht-Belastung wurde eingeschätzt anhand von tageszeitlichen, saisonalen, geographischen und individuellen Faktoren (z.B. Tragen einer Brille oder eines Hutes). Als Einheit der UVB-Exposition wurde ein «Maryland-Sun-Year» (MSY) definiert.

Ergebnisse

Von den 2520 Untersuchten waren 26% schwarzer Hautfarbe, 58% weiblichen Geschlechtes. Die mittlere jährliche UVB-Exposition variierte zwischen 0 (weniger als 1 Stunde pro Tag im Freien) und 0,11 MSY. Männer hatten durchschnittlich eine massiv höhere UVB-Belastung als Frauen, dagegen ergaben sich keine Unterschiede zwischen Personen heller und dunkler Hautfarbe. Die Prävalenz von kortikalen, nicht aber nukleären oder postsubkapsulären Katarakten erhöhte sich um 10% für jede Expositionszunahme von 0,01 MSY. Bei Schwarzen war die Prävalenz der kortikalen Katarakt 4mal höher als bei Weissen.

Schlussfolgerung

UVB-Strahlung ist ein eigenständiger Risikofaktor für die Entwicklung einer kortikalen Katarakt. Ein Schutz ist mit einfachen Massnahmen möglich (Sonnenbrille, Hut tragen).

In einer älteren urbanen Population wurde die UVB-Exposition mit einem rechnerischen Modell während der vorausgehenden Lebensjahrzehnte geschätzt. Die jährliche Expositionszeit war mit dem Ausmass der kortikalen Linsentrübung signifikant assoziiert. Dabei zeigte es sich, dass auch bei deutlich niedriger Exposition ein Risiko besteht. Frauen waren in einer längeren Lebensperiode durchschnittlich weniger UVB-exponiert und zeig-

ten dennoch eine dosisbezogene Zunahme der Linsenveränderungen. Empfehlenswert ist sowohl die Verordnung (das Aufsetzen) von Sonnenbrillen, insbesondere wenn sie eine eindeutige Filterwirkung für UVB-Strahlung aufweisen, wie auch das Tragen einer Mütze mit Rand zur Schattenerzeugung in der oberen Gesichtshälfte.

Hannes Wildberger