

Toename bijziendheid zorgelijk

Smartphone en tablets lijken grote veroorzaker van myopie epidemie

Huizen, 15 januari 2018 - Het aantal mensen dat last heeft van bijziendheid, ook wel myopie genoemd, neemt ernstig toe. Op dit moment komt het in Nederland zelfs twee keer zo vaak voor dan vijftig jaar geleden: één op de drie Nederlanders is bijziend. Een zorgelijke ontwikkeling, waarover wordt gesproken als een *myopie epidemie*. Zonder ingrijpen wordt bijziendheid de grootste veroorzaker van blindheid en slechtziendheid¹.

Kinderen en jongeren hoogste risico

Bijziendheid is de snelst groeiende oogafwijking ter wereld. Naar verwachting is in 2050 de helft van de wereldbevolking bijziend – vijf keer zoveel mensen dan in 2000². Ook in Nederland is myopie een groeiend probleem, vooral onder jonge mensen. Van alle zestigers is een kwart bijziend, bij veertigers is dit een derde en bij twintigers zelfs de helft. Hoewel dit wellicht onschuldig lijkt, is niets minder waar. Milde bijziendheid (-0.25 tot -3.00) verhoogt het risico op ooggezondheidsproblemen doorgaans niet. Een kind met een afwijking van -6.00 of hoger, heeft echter zo'n 33 procent kans om later ernstig slechtziend of blind te worden³. Zij krijgen sneller staar en lopen een groter risico op netvliesloslating. Daarnaast is het risico op glaucoom, dat tot uitval van het gezichtsveld leidt, tot wel 7 keer hoger bij matige (-3.25 tot -6.00) en hoge bijziendheid (meer dan -6.00).

Smartphones grote veroorzaker

De oorzaak van myopie is complex. Volgens Simone Stad, optometrist bij Specsavers, ontstaat de afwijking in de jeugd: "Erfelijkheid speelt een rol, maar het ontwikkelen van bijziendheid begint al in de jonge jaren, met een piek tussen dertien en vijftien jaar. Leefstijlfactoren in deze fase, zoals weinig buiten spelen en veel bezigheden waarbij kinderen kijken naar een punt dichtbij de ogen – zoals lezen op een boek, smartphone of tablet – zijn belangrijke risicofactoren."

Risico verlagen: begin vroeg

Bijziendheid volledig voorkomen is onmogelijk, het risico verlagen kan wél. Kinderen minder lang op schermen laten kijken en vaker naar buiten sturen, is een stap in de goede richting: "Wanneer kinderen elke dag een uurtje extra buitenspelen kan de kans op het ontwikkelen van bijziendheid al significant afnemen", aldus Stad. "Tevens helpt het om minimaal 30 centimeter afstand te houden van je boek of beeldscherm. Dit geldt ook voor volwassenen." Naast deze methoden wordt de nachtlens (Ortho-K-Lens) gezien als een van de effectiefste manieren om bijziendheid onder controle te houden. Door 's nachts deze lenzen te dragen, ziet men overdag scherp zonder ze te dragen. Een andere methode is door gebruik van Atropine oogdruppels. Deze druppels zouden bijziendheid met wel 77 procent kunnen tegenhouden, mits er zo jong mogelijk mee gestart wordt⁴. "Vergeet ook niet eens in de twee jaar de ogen te laten controleren. Hoe eerder de bijwerkingen van bijziendheid worden ontdekt, hoe langer de gevolgen vaak uitgesteld kunnen worden".

¹ [Oogfonds](#)

² [American Academy of Ophthalmology](#)

³ [Oogfonds](#)

⁴ [Contact Lens And Anterior Eye](#)

- EINDE PERSBERICHT -

Over Specsavers

Specsavers is een snelgroeiende retailketen die 133 oog- en hoorzorgwinkels in Nederland exploiteert. De winkels worden gerund op joint-venture basis onder leiding van lokale winkelpartners. Het van oorsprong Britse familiebedrijf is sinds 1997 in Nederland actief en heeft als missie om kwalitatief hoogwaardige én betaalbare oog- en hoorzorg voor iedereen toegankelijk te maken. Specsavers Nederland boekte in 2016/2017 een omzet van ruim €135 miljoen.

Specsavers wil de komende jaren een steeds prominentere rol spelen in de markt van eerstelijns oog- en hoorzorg en haar positie verder versterken. Alle opticiens die werkzaam zijn bij Specsavers hebben een externe optiekopleiding afgerond. Tevens zijn al onze audiciens StAr (Stichting Audicien register) geregistreerd, waarmee kwaliteit van dienstverlening en bedrijfsinrichting is gewaarborgd.

Een niet aflatende focus op innovatie maakt dat Specsavers staat voor kwalitatief hoogwaardige producten en service op het snijvlak van medische zorg, mode en technologie. Via Stichting Specsavers Steunt toont de organisatie haar betrokkenheid bij de samenleving, voornamelijk door het ondersteunen van lokale goede doelen.

Voor meer informatie (niet voor publicatie):

Specsavers

Marloes Krot

Senior PR adviseur Specsavers Nederland

T: 035 6250074

E: marloes.krot@specsavers.com

Het PR Bureau

Fleur Ondersteijn

T: 020 6702232

E: Fleur@hetprbureau.nl

Voor meer informatie: www.specsavers.nl

Volg Specsavers ook online!



Altijd op de hoogte zijn van het laatste nieuws van Specsavers? Neem dan een abonnement op de [newsfeed](#) (via RSS) van onze nieuwsruimte. Alle berichten komen dan automatisch in uw mailbox.