Tauchen mit Kontaktlinsen

von Dr. med. Claus-Martin Muth

Die Schönheit der Unterwasserwelt läßt sich nur dann wirklich genießen, wenn man sie auch sieht. Doch darüber hinaus trägt ausreichende Sehfähigkeit auch wesentlich zur Sicherheit bei. Taucher mit Sehfehlern sollten sich daher vor Reisebeginn um entsprechende Sehhilfen kümmern. Dies kann zum Beispiel durch Einpassung von Korrekturgläsern in die Taucherbrille erfolgen, zum anderen ist es aber auch möglich, beim Tauchen Kontaktlinsen zu tragen. Hier ein paar Tips:

Zunächst ein paar Vorbemerkungen:

Während des Tauchens löst sich in allen Körpergeweben vermehrt Stickstoff, der während des Auftauchens wieder abgegeben werden muß. Das heißt, bei nahezu allen Tauchern/Tauchgängen ab einer gewissen Tiefe sind während der Auftauchphase Gasblasen im Körper nachweisbar, doch nicht immer führen diese auch zu Symptomen eines Deco-Unfalls. Das Auftreten von Gasblasen während der Dekompression geschieht also unabhängig vom Einhalten von Dekostops. Solche Gasblasen können in allen Körpergeweben und Körperflüssigkeiten auftreten, also zum Beispiel auch in der Tränenflüssigkeit.

Für harte Kontaktlinsen ist nun folgender Vorgang bekannt und nachgewiesen:

unter harten Kontaktlinsen kommt es zu einem raschen Austausch der Tränenflüssigkeit und damit zu einer raschen Aufsättigung mit Stickstoff. Während der Dekompression können sich nun Stickstoffbläschen bilden und sich zwischen Linse und Hornhaut festsetzen. Diese Bläschen üben Druck auf die Hornhaut aus und führen so zu einem leichten Aufquellen und zu "Riefen" in der Hornhaut - zumindest vorübergehend - wodurch sich die lichtbrechenden Eigenschaften ändern: es resultiert "Nebelsehen". Gelegentlich bemerkt der Taucher schon während des Auftauchens ein Nebelsehen durch die Gasblasen, dieses kann jedoch auch erst eine gewisse Zeit nach dem Auftauchen auftreten oder sich verstärken. Zu dauerhaften Schäden kommt es in der Regel nicht.

Durch besonders langsames Auftauchen und häufigen Lidschlag soll sich dieses Phänomen vermeiden lassen.

Weiche Kontaktlinsen hingegen gelten in diesem Sinne gemeinhin als "sicher", d.h. der oben beschriebenen Mechanismus soll nicht, oder zumindest nicht in diesem Maße auftreten. Völlig auszuschließen ist er jedoch nicht, nur eben vergleichsweise unwahrscheinlich.

Ein weiteres Problem stellt der mögliche Verlust der Linsen bei z.B. Wassereinbruch in die Maske dar. Hier kann ein rasches Schließen der Augenlider bis auf einen schmalen Sehspalt in der Regel vor Verlust schützen.

Urheberschutz: Copyright [Dr. med. Claus-Martin Muth](#). Nur zur privaten Nutzung.
Jede, auch auszugsweise Veröffentlichung oder Weiterverwendung außer zu privaten Zwecken nur mit Genehmigung des Autors