

# AUGENBLICKE

DAS CARE VISION MAGAZIN

AUSGABE 10

## NEUES IM BLICK

- >> CARE Vision Düsseldorf, Bonn, Mannheim und Erlangen
- >> Was Handball und CARE Vision verbindet
- >> Brillenspende für Nepal

## PATIENTINNEN UND PATIENTEN ERZÄHLEN

- >> Ein Ehepaar, eine Entscheidung: Für ein Leben ohne Brille

## ALTERSSICHTIGKEIT

- >> Was sind die Anzeichen und was kann ich tun?

---

## GOODBYE BRILLE:

SO TEILEN UNSERE PATIENTINNEN UND PATIENTEN IHRE GLÜCKLICHEN AUGENBLICKE

---

[Lesen Sie mehr zum Thema ab Seite 10](#)

**CARE VISION**  
AUGENLASERKORREKTUREN

## >> INHALT



4

### >> NEUES IM BLICK

- NEU: CARE VISION IN DÜSSELDORF, BONN, MANNHEIM UND ERLANGEN!
- SOZIALES ENGAGEMENT IN NEPAL
- WAS HANDBALL UND CARE VISION VERBINDET



6

### >> PATIENTINNEN UND PATIENTEN ERZÄHLEN

- EIN EHEPAAR, VIER GLÜCKLICHE AUGEN



8

### >> QUALITÄT

- TRAININGSPROGRAMM DER CARE VISION ÄRZTINNEN UND ÄRZTE
- BAVIERA ONLINE KONSULTATIONSSYSTEM



10

### >> ERFAHRUNGSBERICHTE

- GLÜCKSMOMENTE AUF FACEBOOK UND INSTAGRAM
- BOX-CHAMPION ARTUR MANN SIEHT KLAR!
- EINE SEILSPRINGEXPERTIN UND IHR AUGENLASER-TAGEBUCH
- EINE BEHANDELTE MITARBEITERIN IM INTERVIEW



16

### >> BEHANDLUNG

- ALTERSSICHTIGKEIT – WAS IST DAS UND WAS KANN ICH DAGEGEN TUN?



18

### >> WISSENSWERTES

- KRANKSCHREIBUNG NACH DER AUGENBEHANDLUNG
- KURZSICHTIGKEIT UND SMARTPHONES
- AUGENLASERN UND DIE KOSTEN
- VITAMIN A FÜR GESUNDE AUGEN

# Willkommen

## BEI CARE VISION

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

den Augenblick genießen – kaum ein Wunsch ist aktuell so häufig Thema im Gespräch mit unseren Patientinnen und Patienten. Verständlich, hat uns doch die zurückliegende Zeit immer wieder gezeigt, dass es eben nicht selbstverständlich ist, dass wir unsere Freiheit und unser Leben in vollen Zügen so genießen können, wie wir das möchten. Mit der aktuellen Ausgabe unseres CARE Vision Magazins AUGENBLICKE möchten wir dazu beitragen, dass Sie bereits Ihren jetzigen Augenblick der Vorfreude auf brillenfreie Erlebnisse bewusst genießen können.

Ab Seite 6 teilen unsere Patientinnen und Patienten

ihre Erfahrung, wie sie ihren Abschied von der Brille erlebten und was für sie ihr persönliches Highlight ohne Sehhilfe ist. Lassen Sie sich überraschen – geteilte Glücksmomente garantiert!

Wir nehmen Sie mit auf einen kleinen Abstecher in unsere neu eröffnete CARE Vision Augenklinik in Düsseldorf (S. 4). In zentraler Innenstadtlage begrüßen wir unsere Patientinnen und Patienten in einzigartiger Wohlfühlatmosphäre. Auch in Bonn, Mannheim und Erlangen haben wir unsere Türen geöffnet und ermöglichen so Patientinnen und Patienten aus diesen Regionen kurze Anfahrtswege zu ihrer Startrampe in ein neues Freiheitsgefühl.

Auf Seite 8 und 9 werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen der ausgezeichneten Weiterbildung unserer Ärztinnen und Ärzte. Dank des unternehmensinternen, europaweiten Online Konsultationsnetzwerks können sie in Echtzeit mit internationalen Kolleginnen und Kollegen wertvolles Wissen in der refraktiven Chirurgie austauschen. Stets mit einem festen Ziel vor Augen: Beste Behandlungsergebnisse für unsere Patientinnen und Patienten.

Lehnen Sie sich zurück und genießen Sie Ihren AUGENBLICK.

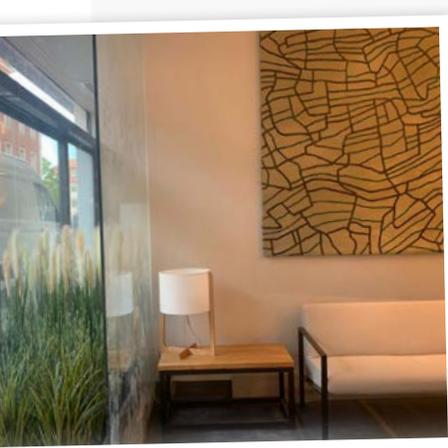
Herzlichst,



Ihr Dr. med. Robert Wagner

Facharzt für Augenheilkunde  
CARE Vision





>> AN NOCH MEHR ORTEN IN IHRER NÄHE:  
IN DÜSSELDORF, BONN, MANNHEIM UND ERLANGEN!

## CARE VISION WÄCHST WEITER

Die neue CARE Vision Augenklinik in zentraler Innenstadtlage ist vom Düsseldorfer Hauptbahnhof bestens erreichbar. In der Graf-Adolf-Straße 63 gelegen, begrüßen wir unsere Patientinnen und Patienten in einzigartiger Wohlfühlatmosphäre.

Ein kompetentes Team aus **hochqualifizierten Ärztinnen und Ärzten und medizinischem Fachpersonal** kümmert sich mit größter Sorgfalt und Fürsorge um die Wiederherstellung der Sehkraft und die Gesundheit der Augen der Patientinnen und Patienten.

Wie an anderen CARE Vision Standorten korrigieren wir auch in Düsseldorf Kurz- und Weitsichtigkeit, Hornhautverkrümmung, Alterssichtigkeit und

Grauen Star. Unser Ziel ist es, unseren Patientinnen und Patienten direkt in Wohnortnähe den Start in ihr neues Leben ohne Brille zu ermöglichen.

Aus diesem Grund haben wir noch einige weitere Standorte eröffnet. In Erlangen, der „fränkischen Großstadt in Bayern“, treffen Sie uns am Willy-Brand-Platz 1. Aber auch in Bonn haben Sie nun die Möglichkeit uns zentral am Stiftsplatz 3 aufzusuchen. Darüber hinaus können Sie sich auch über weitere Neueröffnungen in Stuttgart und Trier freuen.

Die Teams vor Ort freuen sich, Sie **herzlich willkommen** heißen zu können!

Liebe Patientinnen,  
schön Sie zu sehen!

Lesen Sie bitte diese Hinweise, bevor Sie eintreten. Vielen Dank!

Unsere Neueröffnungen  
im Überblick:

Düsseldorf  
Bonn  
Mannheim  
Erlangen  
Stuttgart  
Trier

CARE VISION



>> SOZIALES ENGAGEMENT

## BRILLENSPENDE FÜR NEPAL



Unzählige Menschen starten bei CARE Vision dank der modernen Medizin und nach einer Augenlaser- oder Linsenbehandlung in ein Leben ohne Brille. In jedem unserer Standorte finden unsere Patientinnen und Patienten große gläserne Vasen, in die sie ihre Brille nach der Behandlung spenden können. Denn wir wissen, dass viele

Menschen dringend auf eine Brille angewiesen sind. Bei CARE Vision kommt regelmäßig eine große Menge an gespendeten Brillen zusammen, die wir vermessen und an Vision for the World e.V. senden. Die Mitarbeitenden der Organisation nehmen diese mit nach Nepal und verteilen sie in sogenannten Outreach-Camps an bedürftige Frauen, Männer und Kinder. Diese wohnen zum Teil an schwer zugänglichen Orten. Die Brillen ermöglichen ihnen einen enormen Zugewinn an Lebensqualität.

>> HANDBALL: EIN SPORT, BEI DEM SCHARFE SICHT SEHR WICHTIG IST

## JETZT WIRD'S SPORTLICH!

Der **Handballclub Erlangen** ist ein traditionsreicher Verein der Handball-Bundesliga. Er blickt bereits auf eine lange Geschichte zurück: 2001 entstand er aus der Fusion der Handballabteilungen der CSG und der HG Erlangen.

Gerade im Ballsport ist scharfe Sicht im Spiel sehr wichtig. Wir freuen uns, dass die Handballprofis des HC Erlangens auf uns vertrauen und **ausführliche Untersuchungen ihrer Augen** bei CARE Vision wahrgenommen haben. Denn regelmäßige Check-Ups sind wichtig für gesunde Augen.

Einige Sportler des Handballclubs haben bereits ihre Augen bei CARE Vision lasern lassen.



Sie berichten über ihren Zugewinn an Freiheitsgefühl vor, nach und während dem Spiel - denn rutschende Brillen und störende Kontaktlinsen gehören nun der Vergangenheit an.

Wir drücken dem HC Erlangen die Daumen, dass auch die zukünftigen Spiele von zahlreichen Siegen gekrönt sind.

>> GOODBYE BRILLE, GOODBYE LESEBRILLE!

# EIN EHEPAAR, VIER GLÜCKLICHE AUGEN

Als Ehepaar steht man ja bekanntermaßen so einiges zusammen durch. Das Paar Maria Gonzalez-Baquet und Oliver Schwarz hat sich dazu entschlossen, gemeinsam den Weg in ein Leben ohne Sehhilfe zu gehen und sich endlich von Brille und Kontaktlinsen zu verabschieden – kurz hintereinander ließen die beiden sich bei CARE Vision behandeln.



Maria

Fehlsichtigkeit:  
**Kurzsichtigkeit,  
Hornhautverkrümmung**

Behandlungsmethode:  
**Augenlaserkorrektur mit  
der LASIK Methode**



Oliver

Fehlsichtigkeit:  
**Weitsichtigkeit,  
Alterssichtigkeit**

Behandlungsmethode:  
**Multifokallinsen-  
behandlung**

Welche Sehschwäche hatten Sie und wie kam es dazu, dass Sie Ihrer Sehhilfe schließlich adäquat sagen wollten?

**Oliver:** „Ich litt schon seit früher Kindheit, genauer gesagt seitdem ich 5 Jahre alt bin, unter einer starken Weitsichtigkeit. Meine Dioptrien lagen bei + 5,5 auf dem einen Auge und + 6,5 auf dem anderen Auge. Mit der Zeit sind diese Werte auch immer schlechter geworden, **dadurch war ich mein ganzes Leben immer von einer Brille abhängig.** Hinzu kommt, dass sie aufgrund der dicken Brillengläser nicht gerade leicht und angenehm war. Vor allem beim Sport, beim Lesen oder wenn ich im Dunkeln unterwegs war hatte ich Schwierigkeiten. Mit Kontaktlinsen habe ich es auch versucht, welche allerdings keine Alternative für mich waren, da diese mir in den Augen wehtaten. Also musste ich doch wieder auf die ungeliebte Brille zurückgreifen. Die Abhängigkeit von der Sehhilfe störte mich sehr, so dass ich mich schließlich gemeinsam mit meiner Frau Maria für die Sehkraftkorrektur entschied.“

**Maria:** „Ich trug über Jahre hinweg Kontaktlinsen zum Ausgleich meiner Fehlsichtigkeit. Die trockenen Augen und die ständige Gefahr, dass die Kontaktlinsen verrutschen, war ein riesiger Minuspunkt. Wenn meine Augen während des Kontaktlinsentragens trocken wurden, dann sah ich sogar verschwommen, was mich sehr störte. Gerade beim Skifahren ist es einige Male vorgekommen, dass mir meine Kontaktlinsen herausgefallen sind, was sehr unangenehm war. Ich entschied mich schließlich nach ausgiebigen Gesprächen mit meinem Mann über die Behandlungsmöglichkeit auch für meinen **Start in ein brillenfreies Leben.**“



Maria und Oliver

Wie sind Sie auf CARE Vision aufmerksam geworden und wie sahen die nächsten Schritte in Ihr brillenfreies Leben aus?

**Oliver:** „Die Empfehlung für CARE Vision von Bekannten und auch das Beratungsgespräch bei CARE Vision haben mich vollkommen überzeugt. Die Augenärztin hat mir durch ihre genaue und detaillierte Erklärung das Vertrauen gegeben, welches mich letzten Endes dazu gebracht hat, mich für die Multifokallinsen-Behandlung zu entscheiden. Für Augenlasern war ich nicht geeignet. Meine Weitsichtigkeit war sehr stark ausgeprägt, wozu dann auch noch die Altersweitsichtigkeit kam. Ich freute mich, dass beides durch die Linsenbehandlung korrigierbar ist und sogar Grauer Star dadurch vorgebeugt wird.“

Wie haben Sie die Linsenbehandlung erlebt?

**Oliver:** „Bevor ich in den Behandlungsraum kam, hat mich das Team beruhigt. Die Behandlung war auch sehr kurz und nach ein paar Stunden konnte ich schon wesentlich besser sehen. Für jemanden wie mich, der fast 50 Jahre lang eine Brille tragen musste, war das ein ganz neues positives Erlebnis. Ich fühlte mich wie neugeboren. Ich kann nun alles, sowohl im Weit- als auch im Mittel- oder Nahbereich sehen. Auch am Computer, mit dem ich aus beruflichen Gründen sehr viel arbeite, kann ich nun sogar ganz kleine Zeilen und Schriftgrößen ohne Brille lesen. Des Weiteren brauche ich abends im Restaurant keine Handylampe mehr, um irgendetwas auf der Speisekarte zu lesen. Ebenso nachts habe ich beim Autofahren keine Einschränkungen und Unsicherheiten mehr. Daher war die Behandlung für mich und meine Frau die beste Investition.“



Maria, bei Ihnen empfahl der behandelnde CARE Vision Arzt die Augenlaserkorrektur mittels LASIK-Methode. Erzählen Sie mal, wie Sie die Behandlung erlebt haben.

**Maria:** „Ich selbst wollte erst mal auf das Ergebnis meines Mannes warten, der sich vor mir hat behandeln lassen. Als ich dann gesehen habe, wie erfolgreich seine Linsenbehandlung bei CARE Vision verlief und wie begeistert er war, habe ich mich ebenso dazu entschieden etwas gegen meine Sehschwäche zu unternehmen. Der Behandlungsablauf meiner LASIK-Behandlung war sehr gut. Während des Laserns hatte ich einen leichten

Druck auf beiden Augen, welcher aber schnell wieder weg war. Nach ein paar Stunden sah ich schon wesentlich besser und nach ein paar Tagen konnte ich schon alles sehen. Für mich ist das ein ganz anderes Lebensgefühl ohne Sehhilfe Skifahren zu können oder wieder hinter dem Steuer im Auto zu sitzen und mich dabei auf meine eigenen Augen verlassen zu können.“

Hier geht's zum Erfahrungsbericht-Video von Oliver und Maria:



## UNSERE ÄRZT:INNEN: HOCHSPEZIALISIERT DURCH UMFASSENDES TRAINING

Unseren Patientinnen und Patienten die bestmögliche Behandlung zu bieten ist das oberste Gebot unserer täglichen Arbeit. Dazu gehören unsere hohen Qualitäts- und Sicherheitsstandards, die weit über die in Deutschland geltenden Ansprüche an refraktive Behandlungen hinaus gehen.

In Deutschland sind alle Fachärztinnen und Fachärzte für Augenheilkunde dazu berechtigt, Augenlaserleistungen anzubieten. Dies gilt unabhängig davon, ob sie eine zusätzliche Ausbildung in der Refraktiv-Chirurgie durchlaufen haben oder wie viel Erfahrung sie auf diesem Gebiet nachweisen können. Bei CARE Vision haben wir uns auf Augenlaserkorrekturen und Linsenbehandlungen spezialisiert und davon sollen unsere Patientinnen und Patienten profitieren. Alle CARE Vision Fachärztinnen und Fachärzte absolvieren ein spezielles Trainingsprogramm, das sie zu Expertinnen und Experten für Augenlaser- und Linsenbehandlungen macht.

Nach erfolgreicher Facharztausbildung in der Augenheilkunde, durchlaufen unsere Ärztinnen und Ärzte dieses umfangreiche, etwa sechs Monate dauernde Trainingsprogramm. Erfahrene Refraktivchirurginnen- und -chirurgen geben ihr Wissen

im intensiven Austausch weiter. Leitende des einzigartigen Trainingsprogramms sind Julio Baviera, M.D., Gründer der Clínica Baviera/ CARE Vision Klinikgruppe, Privatdozent Toam Katz M.D., medizinischer Leiter von CARE Vision und Oberarzt im UKE Hamburg und Raquel Socias, Fachärztin für Augenheilkunde bei CARE Vision.

Die Ausbildung bildet alle Facetten der refraktiven Chirurgie ab, die für optimale Behandlungsergebnisse entscheiden sind. Unser medizinischer Leiter Toam Katz M.D. hat hierfür ein umfassendes Trainingsprogramm erstellt, welches alle CARE Vision Ausbildungsstandorte als wertvolle Basis nutzen. Dadurch stellen wir sicher, dass alle wichtigen Kenntnisse für erfolgreiche Behandlungen in der refraktiven Chirurgie vermittelt werden. Nach Abschluss des Trainings behandeln unsere Fachärztinnen und Fachärzte unter Aufsicht von besonders erfahrenen Chirurginnen und Chirurgen. Mit diesem einzigartigen Trainingsprogramm setzen wir Standards in der refraktiv-chirurgischen Ausbildung.

# FACHLICHER AUSTAUSCH FÜR OPTIMALE ERGEBNISSE

Wir können nachvollziehen, wenn unsere Patientinnen und Patienten um das Wohl ihrer Augen besorgt sind. Die Entscheidung für eine Augenlaserkorrektur oder eine Linsenbehandlung erfordert Vertrauen in das Können der behandelnden Ärztinnen und Ärzte. Es ist zu Recht ein Bedürfnis nach Sicherheit, denn schließlich macht das Sehen einen Großteil unserer Sinneseindrücke aus. Um unseren Patientinnen und Patienten höchste



*Noch während ein Patient bei CARE Vision bei der Voruntersuchung vor Ort ist, können unsere Ärztinnen und Ärzte die Untersuchungsergebnisse miteinander besprechen.*

Sicherheit zu bieten, hat **CARE Vision bereits 2009 ein einzigartiges Konsultations-System entwickelt**. Dieses dient dazu, in Echtzeit eine zweite Expertenmeinung einzuholen. Nachdem wir untersucht haben, welche persönlichen Behandlungsmöglichkeiten für den einzelnen Patienten in Frage kommen, haben unsere Ärztinnen und Ärzte die Möglichkeit, die Expertise von speziell dafür ausgebildeten Kolleginnen und Kollegen in den Entscheidungsprozess einzubeziehen. Dieser **zweite Expertenrat** kommt uns und unseren Patientinnen und Patienten vor allem dann zugute, wenn Besonderheiten wie auffällige Topographiebilder, Augenkrankungen oder andere Sonderfälle vorliegen.

Jede Patientenakte kann schon während des ersten Beratungsgespräches per Mausklick online an unsere **Abteilung für Forschung und Entwicklung** gesendet werden. Dort werden laufend Studien durchgeführt, unsere Behandlungsergebnisse überwacht, sowie jährlich tausende Augen-Topographien begutachtet und bewertet. In Echtzeit geben unsere Expertinnen und Experten ihre Empfehlungen ab, noch während sich unsere Patientinnen und Patienten in der CARE Vision Niederlassung befinden.

Das einzigartige Konzept dient den extrem hohen **Sicherheits- und Qualitätsansprüchen** von CARE Vision zum Wohle unserer Patientinnen und Patienten. Wir sind uns sicher: Der Erfolg des Systems spiegelt sich auch in unserer hohen Patientenzufriedenheitsrate von 99 Prozent wider.

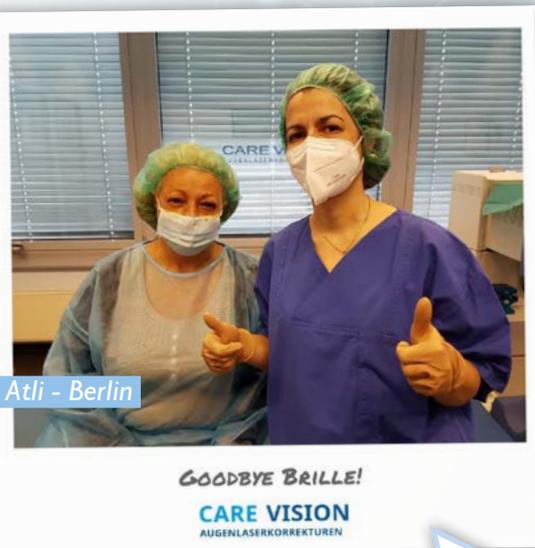


# ECHTE GLÜCKSMOMENTE AUF FACEBOOK UND INSTAGRAM 🥰

Die Freude unserer Patientinnen und Patienten ist nach der Augenbehandlung groß, denn das Leben frei von Brille und Kontaktlinsen kann jetzt beginnen! Da ist ein **persönliches Erinnerungsfoto** eine super Sache – natürlich mit der behandelnden Ärztin oder dem behandelnden Arzt zusammen. Das CARE Vision Team knipst daher im Anschluss an die Behandlung gerne ein Foto und sendet es der Patientin oder dem Patienten als Andenken an ihren "schärfsten Augenblick". Die Patientinnen und Patienten können das Bild einfach für sich behalten oder auch mit anderen auf Facebook oder Instagram teilen.

Es freut uns immer sehr zu sehen, wie begeistert unsere Patientinnen und Patienten ihr persönliches Heldenfoto über Facebook und Instagram teilen. So können auch Freunde, Bekannte und Verwandte an diesem besonderen Erlebnis teilhaben, durch das ein neuer Lebensabschnitt ohne Brille und Kontaktlinsen beginnt!

Wir möchten unseren Patientinnen und Patienten hierfür ein riesiges Dankeschön für ihre Weiterempfehlung aussprechen und mit Ihnen, den neuen Patientinnen und Patienten, ein paar Eindrücke aus der Social Media Welt teilen. Unsere Patientinnen Güngör, Yvonne, Magdalena, Sabrina und Daniela stehen stellvertretend für viele Patientinnen und Patienten, die über Facebook oder Instagram über ihre Erfahrung berichtet haben.



Güngör Atli - Berlin



Güngör Atli ► CARE Vision  
Augenlaserkorrekturen

Ich hatte immer Angst. Heute hab ich auch den Mut gehabt. Ich kann es nur empfehlen, einfach toll fühle ich mich. Danke für alles!

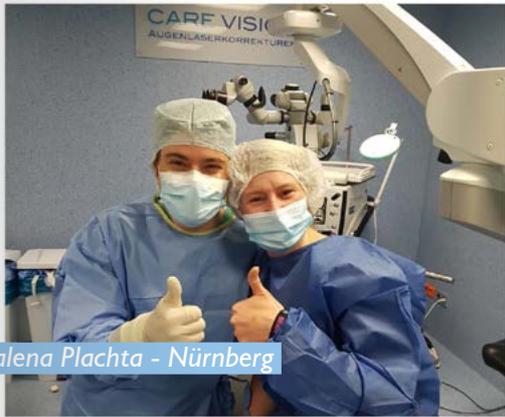


Yvonne Stockmann – Nürnberg



Yvonne Stockmann ► CARE Vision  
Augenlaserkorrekturen

Heute frisch gelasert in Nürnberg mit der LASIK-Methode. :) Bin jetzt schon total begeistert nach starker Hornhautverkrümmung mit Kurzsichtigkeit endlich auch ohne Brille ordentlich sehen zu können. :) Vielen Dank an das gesamte Care Vision Team. :)



Magdalena Plachta - Nürnberg

GOODBYE BRILLE!  
CARE VISION  
AUGENLASERKORREKTUREN

CARE VISION

Daniela Zeug ▶ CARE Vision  
Augenlaserkorrekturen

Vielen Dank an Herrn Gomes und das Team drum rum in Regensburg. Mein Termin war gestern. Es verlief alles ganz wunderbar. Keine Probleme und eine ganz tolle Betreuung vor Ort. Am meisten freue ich mich darauf, morgens aufzustehen ohne erst nach der Brille zu suchen. Eine völlig neue Erfahrung. :) Auf jeden Fall weiter zu empfehlen.



Daniela Zeug - Köln

GOODBYE BRILLE!  
CARE VISION  
AUGENLASERKORREKTUREN

CARE VISION

Magdalena Plachta ▶ CARE Vision  
Augenlaserkorrekturen

ICL Linsen :)  
Ich möchte mich bei Herrn Bader Khayat für die beiden OP's, Herrn Ricardo Gomes für die Aufklärung und Vorbereitung und dem ganzen Team aus Regensburg und Nürnberg recht herzlich bedanken! Es ist unglaublich, wie sich mein Leben verändert hat! :) Ich kann es nur weiterempfehlen!



Sabrina Wirth - Stuttgart

GOODBYE BRILLE!  
CARE VISION  
AUGENLASERKORREKTUREN

CARE VISION

Sabrina Wirth ▶ CARE Vision  
Augenlaserkorrekturen

Wahnsinn wie schnell das alles ging... Super nettes Team, während des Lasern's alles genau beschrieben. Dankeschön!

In allen CARE Vision  
Wartezimmern:

Free  
Wifi 

Auf CARE Vision Facebook  
und Instagram vorbeischaun:



 /carevision.de  
Scan mich!



 /care\_vision  
#carevision  
Scan mich!

Über weitere Heldenfotobeiträge von Patientinnen und Patienten freuen wir uns immer sehr.



# BOX-CHAMPION ARTUR MANN SIEHT KLAR!



*CARE Vision konnte sich über den Besuch eines Profiboxers freuen! WBO International Champion im Cruisergewicht Artur „Thunder“ Mann hat sich für eine Augenlaserbehandlung entschieden. Endlich trifft er frei von Sehhilfe ins Schwarze und freut sich auf seine neugewonnene Freiheit im Ring, die ihm hoffentlich noch viele Siege einbringt. Ein tolles Beispiel dafür, dass Augenlasern und Sport perfekt zusammen passen!*

„Mit einer Fehlsichtigkeit von -1,25 auf dem linken sowie -1 auf dem rechten Auge hat mich meine Kurzsichtigkeit beim Training und beim Sport irgendwann so sehr gestört, dass ich mich dazu entschied, etwas dagegen zu unternehmen. Ich recherchierte viel im Internet und entschied mich aufgrund des vielen positiven Feedbacks zufriedener Patientinnen und Patienten für CARE Vision. Nach der Voruntersuchung stand für mich fest, dass ich mit der PRK/LASEK-Methode behandelt werde. Während der Behandlung hatte ich keine Schmerzen. Meine größte Sorge war, dass sich durch die Behandlung meine Sehleistung nicht verbessert, was eine völlig unbegründete Sorge war.“

Nach der Behandlung ließ ich meine Augen für ca. zwei bis drei Wochen regenerieren und nun kann ich wieder klar und deutlich sehen. Vor allem das

Autofahren nachts oder bei Regen war für mich zuvor mit einer Unsicherheit verbunden. Jetzt kann ich endlich Dinge von weiter weg erkennen und fühle mich beim Autofahren sicher. Beim Boxen sehe ich klar, ohne das Fremdkörpergefühl von Kontaktlinsen in den Augen, das mich gestört hatte.

Ich kann CARE Vision nur empfehlen. Der Arzt und das Team waren sehr nett und zuvorkommend. Alle Fragen wurden mir beantwortet. Ich würde mich jederzeit erneut für eine Augenlaserkorrektur entscheiden.“

„DANK DER BEHANDLUNG  
HABE ICH SCHARFE SICHT BEIM  
BOXEN, IM TRAINING UND BEI  
DEN KÄMPFEN.“





# MIRAWATE

## MEIN AUGENLASERTAGEBUCH: DER SPRUNG INS NEUE LEBEN

„Ich bin endlich frei!“

„Hi, ich bin Mira und ich bin mehrfache deutsche Meisterin im Rope Skipping. Ich habe meine Leidenschaft zum Beruf gemacht und coache Springseil-Anfänger und Fortgeschrittene. Ich bin auf Instagram und YouTube sehr aktiv und nehme auch an führenden Wettbewerben teil. Auch sonst mache ich super gerne Sport, treffe mich gerne mit Freunden und höre leidenschaftlich gerne Musik.“



Meine Brille bekam ich pünktlich zum Führerschein dazu, wie wahrscheinlich viele. Mit Kontaktlinsen bin ich irgendwie auch nie richtig warm geworden. Auch wenn ich „nur“ -1,5 Dioptrien hatte, habe ich bei Coachings die Teilnehmer kaum erkannt und bei Seilspringen hat die Brille einfach extrem gestört. Ich habe im letzten Jahr bestimmt 3 Brillen kaputt gemacht. Die sind mir einfach beim Springen vom Kopf gefallen. Ich bin dann halb-blind weiter gesprungen und meine Brillen waren nach vermehrten Stürzen immer ziemlich schnell hinüber. Außerdem habe ich die Brille ständig überall vergessen. Ich hab mich einfach nie richtig daran gewöhnt. Besonders blöd war, wenn ich schon aus

dem Haus war und dann den ganzen Weg wieder hoch musste, nur wegen meiner Brille. Manchmal ist mir erst auf dem Fahrrad aufgefallen, dass ich meine Brille vergessen habe. Oft hat mich jemand begrüßt und ich hatte keinen blassen Schimmer, wer das war – obwohl ich mir Gesichter eigentlich ganz gut merken kann. Deswegen habe ich mich für eine Behandlung bei CARE Vision entschieden. Viele von meinen Freunden waren schon bei CARE Vision und ihre Erfahrungen haben mich überzeugt. Alle waren hellauf begeistert.

Die Behandlung bei CARE Vision war echt super. Ich wurde gründlich untersucht und mein Arzt, Dr. Bdoura, hat sich viel Zeit für mich genommen. Die Behandlung selbst ging schnell vorbei und danach habe ich erstmal entspannt. Am Abend habe ich schon angefangen alles klar zu sehen. Am nächsten Tag war ich überwältigt von meiner Sehkraft! Besonders die Frankfurter Skyline in ihrer ganzen Pracht zu erkennen, war für mich ein eindrucksvolles Erlebnis. Jetzt habe ich immer noch das Gefühl, dass es ein großes Zusammenspiel von vielen kleinen Dingen ist, die mich begeistert. Ich entdecke jeden Tag neue Dinge, die Normalsehende für ganz selbstverständlich halten. Ich genieße es auch, dass niemand mehr für mich mit sehen muss! Ich bin endlich frei. Es ist ein ganz neues Lebensgefühl!“



**Scan mich!**

Jetzt Miras Erfahrungsbericht-  
Video schauen.



>> INTERVIEW

# EINE BEHANDELTE MITARBEITERIN ERZÄHLT VON IHRER ERFAHRUNG

*Kaum eine/r unsere/r Kolleginnen oder Kollegen trägt (noch) eine Brille. Das ist nicht verwunderlich, erleben sie doch tagtäglich hautnah die Begeisterung zahlreicher Patientinnen und Patienten, die plötzlich mit eigenen Augen scharf sehen können. CARE Vision Mitarbeiterin Saskia Holstein aus Frankfurt erzählt, wie sie sich auf ihrem Weg in ihr Leben ohne Brille gefühlt hat.*



„Umso besser die Aufklärung durch den Arzt oder Ärztin, umso geringer die Angst“, erklärt Saskia Holstein, CARE Vision Mitarbeiterin und zugleich Patientin

**Saskia, wann war für dich der Moment, in dem du dich für den Abschied von Brille und Kontaktlinsen entschieden hast?**

**Saskia:** „Seitdem ich bei CARE Vision arbeite und so natürlich tagtäglich die Informationen aus erster Hand bekam, war ich mir sicher: Ich werde auch brillenfrei!“

**Wie hast du dich bei deiner Entscheidung für das Augenlasern gefühlt?**

**Saskia:** „Allem voran stand mein Wunsch, endlich die Brille und Kontaktlinsen loszuwerden. Die

Begeisterung, die den meisten Patientinnen und Patienten nach ihrer Behandlung auf dem Gesicht geschrieben steht, ist nicht in Worte zu fassen. Dieses Gefühl ist ansteckend, das wollte ich auch. Trotzdem war mir ehrlich gesagt etwas mulmig zumute – da ging es mir nicht viel anders als manch anderen Patientinnen und Patienten.“

**Wovor hattest du Angst? Wie hast du sie besiegt?**

**Saskia:** „Angst ist zu viel gesagt. Denn durch meine Arbeit bei CARE Vision weiß ich, dass sie völlig unbegründet ist. Bereits das Wissen, wie die Behandlung von Anfang bis Ende abläuft und was die Ärztin oder der Arzt genau macht, hat mir schon lange vor meiner Entscheidung zur Augenlaserkorrektur die Angst davor genommen. Also im Prinzip alles das, was unsere Patientinnen und Patienten im Infogespräch und bei der ärztlichen Voruntersuchung sowie dem damit einhergehenden Aufklärungsgespräch erfahren, wusste ich ja bereits durch meine tägliche Arbeit.“

Gegen das mulmige Gefühl, das ich dennoch hatte, hat mir der offene Blick auf das, was um mich herum passiert, geholfen: Alle meine Kolleginnen und Kollegen verfügen über umfassende Erfahrung. Das Wissen, dass alle unsere Ärztinnen und Ärzte bei CARE Vision so erfahren sind und bereits viele Patientinnen und Patienten von Brille und Kontaktlinsen



Saskia inmitten ihrer Frankfurter CARE Vision Kolleginnen und Kollegen

mit optimalen Behandlungsergebnissen befreit haben, hat mich sehr beruhigt.“

**Wie hast du dann deine Augenlaser-Behandlung empfunden?**

**Saskia:** „Gut. Und vor allem sehr schnell – die wenigen Minuten gingen für mich wie im Flug vorbei. Meine Kolleginnen und Kollegen waren sehr bemüht um mich, so dass ich mich wirklich von der ersten bis zur letzten Minute aufgehoben gefühlt habe. Mein behandelnder Arzt hat mich durch seine souveräne Art beruhigt.“

**Wie ging es dir nach der Behandlung?**

**Saskia:** „Von Anfang an sehr gut. Als die Behandlung vorbei war und ich schon bald mit eigenen Augen scharf sehen konnte, war ich einfach nur dankbar. Als ich mein Helmfoto in Händen hielt, kamen mir echt die Tränen. Das war der Moment, auf den ich solange gewartet hatte. Ich war so stolz, den Schritt getan zu haben und einfach nur glücklich, so gut mit eigenen Augen sehen zu können. Die Nachsorgeuntersuchungen haben auch bestätigt: Optimales Sehen mit über 100% Sehschärfe.“

**Wie geht es dir heute ohne Brille und Kontaktlinsen?**

**Saskia:** „Fantastisch! Es ist einfach wirklich ein ganz

neues Lebensgefühl. Ich fühle mich vor allem freier – denn ich muss mich nicht mehr ständig um klebende Kontaktlinsen kümmern, fehlende Kontaktlinsenpflege nachbestellen, mir Gedanken machen, ob ich vielleicht doch noch eine neue, schickere Brille kaufen sollte oder nicht. Und vor allem fühle ich mich einfach viel attraktiver ohne Nasenfahr rad.“ (lacht)

**Noch eine Frage zum Schluss: Was würdest du deiner besten Freundin empfehlen, wenn sie Angst vor dem Augenlasern hätte?**

**Saskia:** „Zu CARE Vision gehen natürlich. (lacht) Denn das wichtigste „Beruhigungsmittel“ ist eine umfassende Information vor der Behandlung und das Wissen, in guten Händen zu sein.“



Saskia als Patientin direkt nach ihrer Augenlaserbehandlung



**>> SASKIAS TIPP:**

Gegen die Aufregung vor der Behandlung helfen eine gute Aufklärung, eine liebe Begleitperson, die dich nach der Behandlung nach Hause bringt sowie ein leichtes Frühstück mit Wasser oder Saft am Morgen.

# ALTERSSICHTIGKEIT - WAS IST DAS UND WAS KANN ICH DAGEGEN TUN?

Sie haben Probleme Kleingedrucktes zu lesen und müssen die Zeitung morgens mit gestrecktem Arm halten, um etwas zu erkennen? Oder beispielsweise beim Autofahren haben Sie Schwierigkeiten die Benzinanzeige klar und deutlich zu erkennen? Ein möglicher Grund dafür ist die sogenannte Alterssichtigkeit. Diese beginnt etwa ab einem Alter von 45 Jahren.

## WAS IST ALTERSSICHTIGKEIT?

Alterssichtigkeit ist Teil des natürlichen Alterungsprozesses des Körpers. Die Augenlinse wird mit fortschreitendem Alter unflexibler. Das Scharfstellen auf nähere Objekte wie etwa das Smartphone oder die Zeitung wird damit immer anstrengender für das Auge.

Das Sehen in der Nähe fällt zunehmend schwerer und beeinflusst viele Menschen im Alltagsleben. Dann ist es Zeit, etwas dagegen zu tun: Entweder durch das Tragen einer Lesebrille oder durch eine refraktive Behandlung.

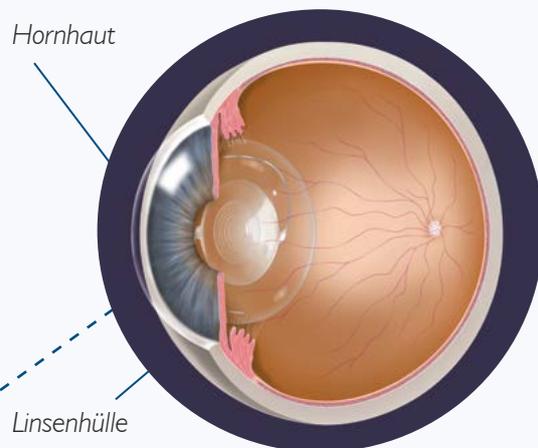
## WIE FINDE ICH HERAUS OB ICH AN ALTERSSICHTIGKEIT LEIDE?

Alterssichtigkeit (Presbyopie) macht sich in vielen Lebenssituationen bemerkbar. Man sieht schlecht

in der Nähe, hat evtl. Kopfschmerzen dabei. Beim Lesen hält man das Buch, Tablet oder Smartphone mit ausgestrecktem Arm weit von sich, um besser sehen zu können.

## WAS KANN ICH GEGEN ALTERSSICHTIGKEIT TUN?

Die Alterssichtigkeit kann mit einer Linsenbehandlung sehr gut behandelt werden. Die Augenärztinnen und Augenärzte bei CARE Vision ersetzen die natürliche Augenlinse durch eine Multifokallinse (Kunstlinse). Diese biokompatible, im Auge nicht spürbare und nicht sichtbare Linse kann den Patientinnen und Patienten ermöglichen, wieder gut auf allen Entfernungen zu sehen.



Die Multifokallinse ist im Auge nicht spürbar und nicht sichtbar.

## MYTHEN RUND UM DIE ALTERSSICHTIGKEIT

Welche Alterssichtigkeit-Mythen sind wahr und welche können wir getrost vergessen? Wir räumen mit Irrtümern auf.

### **Mythos 1: Nur manche Menschen leiden unter der Alterssichtigkeit.**

**Stimmt nicht.** Die Ursache der Alterssichtigkeit ist der natürliche Alterungsprozess des Körpers. Unsere Linse, die wie ein Zoom der Kamera funktioniert, verliert an Elastizität und damit an der Fähigkeit, auf unterschiedliche Distanzen scharf zu stellen. Da es sich um eine natürliche Begleiterscheinung des Alterns handelt, sind 100% aller Menschen davon betroffen – früher oder später und mehr oder weniger stark.

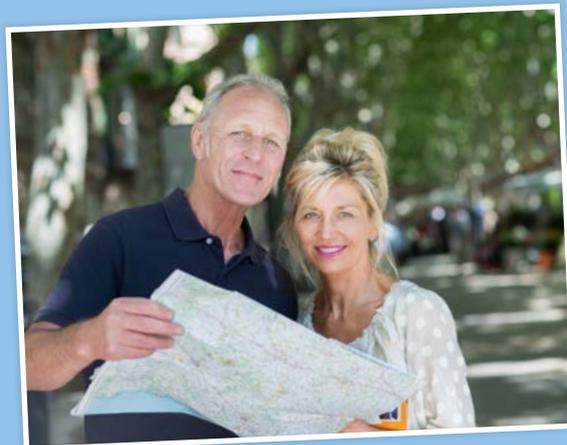
### **Mythos 2: Die Alterssichtigkeit beginnt meist ab einem Alter von 45 Jahren.**

**Stimmt.** Viele Menschen fragen sich, ab wann die Alterssichtigkeit auftreten wird, aber in wenigen Fällen ist dies bereits in diesem Alter der Fall. Bei den meisten Personen macht sie sich erst zwischen 45 und 65 Jahren bemerkbar. Zunächst fällt häufig nur das Lesen im Nahbereich schwer. Hält man das Buch oder Telefon weiter weg, kann man sich mit diesem Trick zu Beginn noch sehr gut selbst behelfen. Irgendwann ist aber dies nicht mehr ausreichend und eine effizientere Lösung muss her.

### **Mythos 3: PC-Arbeit beschleunigt die Symptome.**

**Stimmt nicht.** Gemäß dem heutigen Stand der Wissenschaft gibt es keinen direkten Zusammenhang zwischen der regelmäßigen Nutzung von elektronischen bzw. beleuchteten Bildschirmen und dem Auftreten oder dem Ausmaß der Alterssichtigkeit. Es ist denkbar, dass es früher zu einer

Erschöpfung der Augen kommt, wenn wir die Augen in jungen Jahren überanstrengen. Aber es gibt keine verlässliche Studie, die den Zusammenhang zwischen der häufigen Bildschirm-Nutzung und dem schnelleren Voranschreiten der Alterssichtigkeit belegt.



### **Mythos 4: Es gibt eine Lösung für die Alterssichtigkeit.**

**Stimmt.** Klassischerweise nutzen, gerade zu Beginn der Alterssichtigkeit, zahlreiche Personen zunächst eine Lesebrille. Manche kommen mit der Brille nicht gut zurecht und greifen auf spezielle Kontaktlinsen, die die Symptome der Alterssichtigkeit lindern sollen, zurück. Doch viele Menschen möchten sich nicht in die Abhängigkeit einer Lese- oder Gleitsichtbrille (bei weiteren bestehenden Fehlsichtigkeiten) begeben und entscheiden sich für eine dauerhafte Korrektur der Alterssichtigkeit. Die Alterssichtigkeit lässt sich operativ sehr gut beheben: Die Linsenbehandlung, bei der betäubende Augentropfen zum Einsatz kommen, stellt aus chirurgischer Sicht einen einfachen, ambulanten Eingriff dar. Im gleichen Behandlungsschritt können weitere bestehende Fehlsichtigkeiten wie zum Beispiel eine Kurz- oder Weitsichtigkeit mitbehandelt und dem Auftreten eines Grauen Stars vorgebeugt werden.

# KRANKSCHREIBUNG NACH AUGENLASERN?

Augenlasern kann innerhalb weniger Minuten das Lebensgefühl eines Menschen deutlich verbessern. Nach der ambulanten Behandlung können Patientinnen und Patienten schnell wieder nach Hause. Ist daher eine Krankschreibung nötig?

## KRANKSCHREIBUNG IN DER REGEL NICHT MÖGLICH

Die gesetzlichen Krankenkassen bewerten Augenlasern in den meisten Fällen nicht als medizinisch notwendig, solange der Patientin oder dem Patienten Brille und Kontaktlinsen zur Verfügung stehen. Eine Krankschreibung ist daher in aller Regel nicht möglich.

## ERHOLUNG IN REKORDTEMPO: DIE LASIK

Meist ist eine Krankschreibung nicht nötig. Die meisten Patientinnen und Patienten, die mit der LASIK-Methode behandelt wurden, sind bereits ein bis zwei Tage nach der Laserkorrektur wieder rundum arbeitsfähig. Gerade die LASIK besticht



durch ihre schnelle Wiederherstellung der Sehkraft und kurze Erholungsdauer der Augen. Bei der PRK/LASEK Methode, die häufig dann angewandt wird, wenn die Hornhaut der Patientin oder des Patienten sehr dünn ist, empfehlen wir unseren Patienten ein paar weitere Tage der Schonung.

## AUGENLASERN AM WOCHENENDE

Flexibel in den Alltag integrieren lässt sich z.B. ein LASIK Wochenende. Bei diesem findet die Behandlung am Samstag statt, am Sonntag eine gründliche Nachuntersuchung und bereits am Montagmorgen sind die meisten Patientinnen und Patienten wieder bei der Arbeit.



# KURZSICHTIGKEIT DURCH SMARTPHONE?

Das Smartphone begleitet uns tagtäglich. Doch die **intensive Handy-Nutzung** hat nicht nur Positives. Der konstante Nahblick ist anstrengend für die Augen, denn unser Auge ist im entspannten Zustand auf die Fernsicht eingestellt. Versuchen Sie die Handy-Nutzung auf ein vernünftiges Mittelmaß zu redu-

zieren und dem Auge über den Tag verteilt immer wieder einmal Entspannung durch bewusstes Fokussieren auf unterschiedlichen Distanzen zu gönnen. Wichtig ist es auch, bei täglicher Computerarbeit die optimale Entfernung zum Bildschirm einzuhalten. Als grober Richtwert hierfür gilt eine knappe Armlänge (in etwa zwischen 50 bis 80 Zentimeter).

## KOSTEN FÜR DAS AUGENLASERN LOHNEN SICH



Die meisten Patientinnen und Patienten beschreiben ihr Plus an Lebensqualität nach der Augenlaser-Behandlung als unbezahlbar. Doch auch unter Betrachtung rein finanzieller Gesichtspunkte lohnt sich das Augenlasern. Bei CARE Vision kostet das Augenlasern circa 1.150 Euro pro Auge (Abrechnung nach GOÄ). Der große Unterschied zu Brille und Kontaktlinsen: Bei einer Augenlaser-Behandlung handelt es sich um einmalig anfallende Kosten.

## KOSTEN FÜR NEUE BRILLEN: DURCHSCHNITTLICH 370 EURO

Der Zentralverband der Augenoptiker und Optometristen gibt circa 370 Euro als Durchschnittspreis für eine Brille an. Laut einer Untersuchung von „kostenblick“ wechselt der Bundesbürger im Schnitt alle drei Jahre die Brille. Gerechnet auf 15 Jahre ergeben sich daraus Kosten für die Brille in Höhe von circa 1.850 Euro – ohne die Kosten für die notwendigen Sonnenbrillen mit geschliffenen Gläsern.

## AUCH KOSTEN VON KONTAKTLINSEN SUMMIEREN SICH

Viele Brillenträgerinnen und Brillenträger schätzen zusätzlich zur Brille den „kleinen Abschied“ von der Brille – durch das teilweise Tragen von Kontaktlinsen. Auch hier sind die Spannbreiten von Kosten sehr groß. Zahlreiche Faktoren wie etwa Tragedauer, Stärke und Empfindlichkeit der Augen beeinflussen Auswahlmöglichkeiten der Linsen und somit auch den Preis.

Viele Patientinnen und Patienten entscheiden sich daher, die Kosten für neue Brillen oder Kontaktlinsen gegen die Finanzierung ihrer Behandlungskosten einzutauschen, dabei aber Freiheit von Brille und Kontaktlinsen zu genießen. Dank der CARE Vision Null-Prozent-Finanzierung können die Kosten für das Augenlasern auf Wunsch, ähnlich wie bei einem Kontaktlinsen-Monatsabo, Stück für Stück bezahlt werden.

**Tipp:** Die Kosten für eine Augenlaserkorrektur sind in vielen Fällen nach §33 EStG als außergewöhnliche Belastung von der Steuer absetzbar.

## VITAMIN A: SO WICHTIG FÜR GESUNDE AUGEN

Was ist eigentlich gesunde Ernährung? Stellt man diese Frage Ernährungsexpertinnen und -experten verschiedener Länder, erhält man vermutlich zahlreiche unterschiedliche Antworten. Doch gäbe es nur einen Punkt, in dem sich die meisten Ernährungsexpertinnen und -experten weltweit einig sind, dann wäre es sicherlich der: Eine ausgewogene Ernährung, die alle für den Organismus so wichtigen Vitamine und Nährstoffe enthält, ist unabkömmlich für eine gute Gesundheit. Und unter dieser Vielzahl an Stoffen sticht ein Vitamin als ganz **besonders wichtig für die Augengesundheit** heraus: das Vitamin A.



Vitamin A zeichnet sich vor allem durch seine **antioxidativen Fähigkeiten** aus. Diese schützen die Zellen vor den freien Radikalen, die einen negativen Einfluss auf die Alterung haben. Antioxidantien verzögern Symptome und Krankheiten, die mit der natürlichen Alterung des Körpers in Verbindung stehen. Vitamin A trägt zum Schutz der Netzhaut vor möglichen Krankheiten bei. Obendrein verbessert es die Nachtsicht.

Viele Nahrungsmittel enthalten Vitamin A, so zum **Beispiel alle grünblättrigen Gemüsesorten** und **orange, grüne und gelbe Früchte**.



>> INFOS AUS  
ERSTER HAND



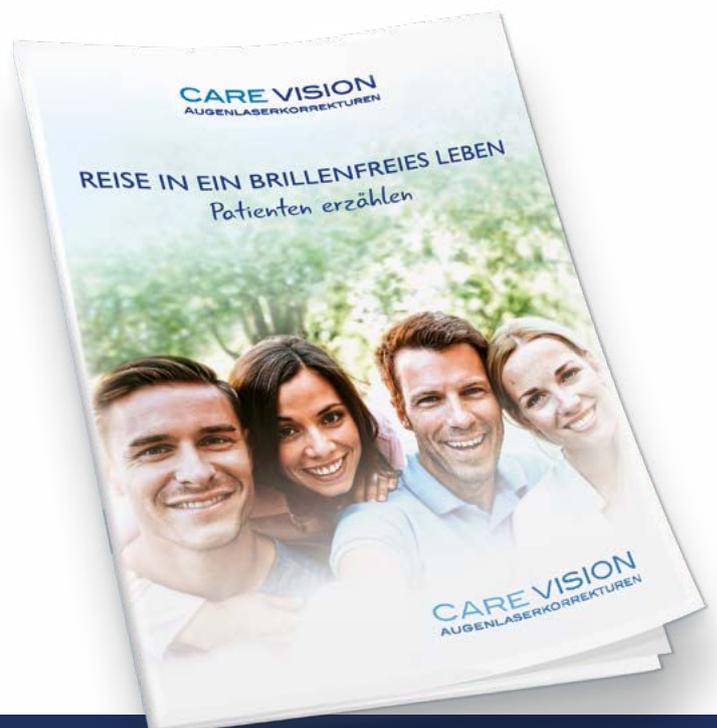
## UNSERE PATIENTINNEN UND PATIENTEN **BERICHTEN**

Unsere Erfahrungsberichte-Broschüre mit spannenden Patientenstories aus einem Leben ohne Brille finden Sie in Ihren CARE Vision Warteräumen.

Noch mehr Erfahrungsberichte gibt's im Web unter:  
[www.care-vision.de/patienten](http://www.care-vision.de/patienten)



Scan mich!



CARE Vision Deutschland  
0800 8888 474  
[www.care-vision.de](http://www.care-vision.de)

CARE Vision Österreich  
0800 30 40 40  
[www.care-vision.at](http://www.care-vision.at)

 /carevision.de  
 care\_vision  
 CarevisionGermany