

Sven Götti
Charaktermacher
Brille

Dr. med. Haefliger
Die moderne
Lösung: Laser

Bernhard Russi
Ziele klar vor
Augen haben

Verena Löw
Hohe Lebensqualität
mit der Kunstlinse

**MEDIA
PLANET**

Dezember 2009

DEINE AUGEN

4

TIPPS

DIE DEN
DURCHBLICK
ERLEICHTERN

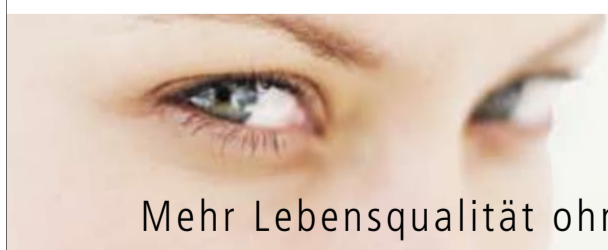
LEBEN UND PFLEGEN SIE DEN AUGENBLICK

Bernhard Russi lässt einblicken, wie der Weg zum Ziel führt.

FOTO: ELIAS AMARI/ FÜR VISILAB

ANZEIGE

Ihre Augen im Fokus



Mehr Lebensqualität ohne Sehhilfe – wir informieren Sie gerne.

**LASER
VISTA**

LASER VISTA Augenlaserzentrum · Limmatquai 4 · CH-8001 Zürich · Gratisnummer 0800 980 980 · zuerich@laservista.ch
LASER VISTA Augenlaserzentrum · Bahnhofstrasse 15 · CH-8808 Pfäffikon/SZ · Gratisnummer 0800 980 980 · pfaeffikon@laservista.ch



www.laservista.ch

CHALLENGE



AUGEN
Sie sind der Spiegel der Seele.
FOTO: ISTOCKPHOTO.COM

Das Auge ist nicht nur das jüngste sondern auch das höchst entwickelte Sinnesorgan. Lassen Sie uns das Augenmerk auf Bereiche richten, die dem dominanten Auge jedoch verborgen bleiben. **Blinden Menschen sind** diese zugänglicher. Erfahren Sie wie.

Mit Händen, Nase und Ohren sehen

Sehen ist der dominante Sinn des Menschen. Das Auge nimmt nicht nur wahr, indem es äussere Impulse erkennt und unterscheidet - wie dies die übrigen Sinne tun. Das Auge kann mit dem Blick auch «wahrgeben». Denn von 32 Gesichtsmuskeln steuern nur gerade zwei das Kauen, die restlichen 30 steuern die Mimik, die nur für das Sehen gedacht ist. So interagieren wir mit der Welt primär mit dem Auge, dem jüngsten und höchstentwickeltesten Sinnesorgan.

Evolutionsgeschichtlich ist der älteste der fünf Sinne der Geschmackssinn, der wasserlösliche Stoffe wahrnimmt und zwischen süss, salzig, sauer und bitter unterscheidet. Gefolgt wird er vom nur wenig jüngeren Geruchssinn, der in der Luft oder auf Trägern hafende Duftmoleküle wahrnimmt. Danach folgte der Tastsinn, der insbesondere über die Haut Formen, Texturen, Temperaturen, aber auch Wind wahrnimmt. Daraufhin folgte der Hörsinn, der Schwingungen in akustische Signale übersetzt. Das Gehör ist Ursache für die Entwicklung des Kehlkopfs und der Stimmlippe, die Stimme und Sprache ermöglichen. Der Sehsinn schliess-

lich ist der jüngste Sinn; er ist in heutiger Form rund 500 Mio. Jahre alt. 85 Prozent der menschlichen Wahrnehmung erfolgen auch bei intakten übrigen Sinnen über das Auge.

Es existiert eine wissenschaftliche Rangordnung der Sinne. Zuerst stehen die höheren Sinne, die sog. Fernsinne. Hier ist das Auge Spitzenreiter, gefolgt vom Ohr. Dann folgen die tieferen Sinne, die sog. Nahsinne, angeführt vom Tastsinn, gefolgt vom Riech- und Geschmackssinn. Die Rangordnung steht in umgekehrter Reihenfolge zur Evolutionsgeschichte, d.h. jede Weiterentwicklung brachte eine Verbesserung hervor.

Orientierung im Dunkeln

Wie aber schaffen es blinde Menschen, sich in einer visuellen Welt zu bewegen, sich zu orientieren und am sozialen Leben teilzunehmen? Zum einen gelingt ihnen dies mit den Händen und mit dem Langstock. Damit erkennt der blinde Mensch beim Pendeln über 85 Prozent der vor ihm liegenden Hindernisse. Mit dem Gehör verschafft sich der Blinde Zugang zur Welt. Er erkennt seine Mitmenschen anhand ihrer Stimme. Die Stimme ist für den Blinden was das Gesicht für den Sehenden. Ferner spiegelt das Ge-

SEHEN

«Das Auge kann nicht nur wahrnehmen, sondern auch wahrgeben.»



Steffan Zappa.
Präsident Stiftung Blind-Liecht.
Zappa Beratung.

hör die umgebende Welt. Wind, der auch Bäume wahrnehmbar werden lässt, oder Regen, der Wiesen, Strassen und Häuser unterscheiden lässt, erweitert die Wahrnehmungswelt Blindler. Riechen und Schmecken sind ebenfalls Sinne, die blinde Menschen ausgezeichnet nutzen. So erkennen sie ihre Mitmenschen auch anhand ihres Geruchs.

Es gibt auch Bereiche, die dem dominanten Auge verborgen bleiben und blinden Menschen zugänglicher sind. So sind Zucker und Salz zum Beispiel mit dem Auge nicht unterscheidbar. Auch in der Luft befindliche Giftstoffe sind unsichtbar. Sitzt man im Zug und ein anderer Zug ist nebenan, sieht man nicht, ob der eigene oder der andere Zug zu fahren beginnt. Selbst das Wohlbefinden anderer bleibt dem Auge oft verborgen. Anhand der Stimme - Sitz der Gefühle und Emotionen - wird die Stimmung des anderen hörbar.

Es gibt die Möglichkeit, selber zu erfahren, wie Wahrnehmung ohne das Auge funktioniert. Im Dunkelrestaurant erlebt man für kurze Zeit hautnah, wie die restlichen Sinne aktiviert werden. Und dies in einem sicheren Rahmen, wo man von blinden Menschen bedient und durchs Dunkel geleitet wird.



WIR EMPFEHLEN



Verena Löw
Lies Ihre natürlichen Augenlinsen explantieren und dafür zwei Kunstlinsen einsetzen.

s.7

«Mein Leben hat ohne Brille eine neue Qualität»

Inspiration s. 4-5
Sven Götti über den Trend auf der Nase

Augenschmaus s. 14
Nadia Schwestermann über die augenfreundliche Ernährung

News s. 6
Der Spezialist weiss wie man den Blick verschärft

SEITE 6



Dr. med. Eduard Anton Haefliger
LASER VISTA

**MEDIA
PLANET**

We make our readers succeed!

DEINE AUGEN, ACHTE AUSGABE
DEZEMBER 2009

Managing Director: Fredrik Colfach
Editorial Director: Corinne Meier

Business Developer: Anna Pollinger
Production Manager: Corinne Meier
Design: Lii Treimann



Project Manager:
Alexandra Frank
Telefon: 043 540 73 08
E-Mail: alexandra.frank@mediaplanet.com

Distributed with: Tagesanzeiger, Dezember 2009

Print: Ringier Print Adligenswil

Kontakt bei Mediaplanet: Anna Pollinger
Telefon: 043 540 73 06
Fax: 043 540 73 01
E-Mail: anna.pollinger@mediaplanet.com

Das Ziel von Mediaplanet ist, unseren Lesern qualitativ hochstehende redaktionelle Inhalte zu bieten und sie zum Handeln zu motivieren, somit schaffen wir für unsere Inserenten eine Plattform um Kunden zu pflegen und neue zu gewinnen.

ANZEIGE

Sagen Sie trockenem Augen den Kampf an

Kontaktlinsenverträglich

Erhältlich in Ihrer Apotheke

Oxyal
oxyal.ch

OphthaPharm