

## Unabhängige Beratung für Augenlaser

**Augenlaserberatungen in Thun** Sehen gehört zu den wichtigsten Sinnen, deren Pflege und Erhalt ermöglicht uns eine hohe Lebensqualität bis ins hohe Alter. Viele Brillen- und Kontaktlinsenträger träumen von einem sehhilfefreien Leben. Die Optometriepraxis Aare in Thun hat sich auf sämtliche Fragen rund um die Augen und das Sehen spezialisiert. Komplette unabhängig beraten die vier Optometristen nach neuesten wissenschaftlichen Standards.

### Jessica Gygax im Interview

**Optometrie spielt eine zentrale Rolle in der Augenheilkunde und Vorsorge. Können Sie uns zunächst erzählen, wie wichtig regelmäßige Augenuntersuchungen für die Augengesundheit sind und welche Aspekte dabei besonders im Fokus stehen?**

Regelmässige Augenuntersuchungen sind essenziell für die Erhaltung der Augengesundheit. Viele Augenkrankheiten, wie etwa der grüne Star (Glaukom), entwickeln sich schleichend und zeigen erst Symptome, wenn schon Schaden entstanden ist. In der Optometrie konzentrieren wir uns darauf, solche Veränderungen früh zu erkennen und gegebenenfalls weitere Schritte einzuleiten. Die Vorsorge hilft uns dabei, nicht nur die Sehleistung und Brillenkorrektur zu bestimmen, sondern auch Anzeichen für allgemeine Gesundheitsprobleme wie Bluthochdruck oder Diabetes am Auge zu erkennen.

#### Wie ist Ihr Werdegang?

Nach meiner abgeschlossenen Ausbildung zur Augenoptikerin EFZ arbeitete ich als stellvertretende Geschäftsführerin in einem Augenoptikgeschäft. Nach einem Jahr begann ich mein Studium zur Optometristin an der FHNW in Olten. Später übernahm ich bei der Gutblick AG in Aarau verschiedene Aufgaben im Bereich der Chirurgie und Augenlaserbehandlungen. 2023 entschied ich mich für das Berner Oberland und die Optometriepraxis Aare.

#### Mit welchen Fragen zu meinen Augen kann ich in die Optometriepraxis Aare kommen?

Wir haben uns darauf festgelegt, unabhängige Beratungen für die Augenheilkunde anzubieten. In der Optometriepraxis verkaufen wir weder Brillen noch Kontaktlinsen, noch bieten wir selber Augenlaseroperationen an. Wir pflegen aber eine enge Zusammenarbeit mit einer Augenarztpraxis in Thun und in Interlaken. Zudem pflegen wir eine gute Zusammenarbeit mit Thuns Augenoptikergeschäften. Wir klären sämtliche augengesundheitlichen Fragen und besprechen mit Ihnen nach der Augenuntersuchung, ob Sie eine neue Brille oder Kontaktlinsen brauchen, zum Augenarzt müssen oder wie glücklicherweise in den meisten Fällen, nichts unternehmen müssen. Auf Wunsch klären wir mit Ihnen ab, ob Ihre Augen für eine Augenlaserbehandlung geeignet sind.

#### Sie als Optometristin also auch Experte für Augenlaser?

Ja, die Eignungsabklärung und Beratung welche Lasermethode am Besten geeignet ist, wird bei uns durch Optometristen durchgeführt.

Das ist ein eher optisches und technisches Thema. Der medizinische Bereich, sprich die Operation selber und ersten zwei Nachkontrollen, werden durch Augenärzte durchgeführt. Die anschliessende Jahreskontrolle und weitere Betreuung kann wieder durch Optometristen durchgeführt werden.

**Ich bin nun 32-jährig, habe -4.25 und auf dem anderen Auge -4.50, Monatslinsen und bin am Augenlaser interessiert. Die Kontaktlinsen bestelle ich mir seit Jahren selber und hatte schon lange keine Augenuntersuchung mehr. Sollte ich meine Augen Ihnen zeigen? Und bin ich für Augenlaser geeignet?**

Eine Augenuntersuchung ist in jedem Fall sinnvoll. Besonders die Hornhaut sollte bei täglichem Kontaktlinsentragen regelmäßig untersucht werden, auch wenn die Linsen beschwerdefrei getragen werden können. Zudem empfiehlt sich bei allen Personen - auch bei Menschen mit optimalem Sehvermögen - alle paar Jahre eine Augendruckmessung und eine Netzhautuntersuchung mit weit getropften Pupillen. Von der Korrektur und vom Alter her sind Sie vermutlich gut für eine Augenlaserbehandlung geeignet. Es gibt jedoch noch weitere Faktoren, die im Rahmen der Eignungsabklärung bestimmt werden müssen. Erst nach der Vermessung dieser Werte können wir Ihnen definitiv sagen, ob Ihre Augen für den Augenlaser geeignet sind.

#### Was sind das für weitere Werte?

Ihre Sehstärke muss mindestens zwei Jahre stabil sein, die Hornhaut eine ausreichende Dicke aufweisen, und es dürfen keine relevanten Vernarbungen oder Augenerkrankungen vorliegen. Das alles wird bei uns auf Wunsch im Rahmen der Vorsorgeuntersuchung ermittelt.

#### Ist eine Augenlaserbehandlung der Augen immer der beste Weg?

Nein, es gibt tatsächlich Augen und Lebenssituationen, die sich bestens für eine Augenlaserbehandlung eignen. Für viele ist jedoch eher eine Kontaktlinsenversorgung oder eine perfekt angepasste Brille der richtige Weg. Ich schätze es sehr, dass ich keine Interessenskonflikte habe, da ich weder davon profitiere, ob sich meine Patienten für eine Brille, Kontaktlinsen oder eine Augenlaserbehandlung entscheiden.

#### Hält eine Augenlaserbehandlung grundsätzlich ein Leben lang an?

Das muss immer individuell besprochen werden, aber grundsätzlich nicht.

Zum Beispiel bei Ihnen darf damit gerechnet werden, dass Sie für die Ferne mit dem Laser gut und nachhaltig auskorrigiert werden können. Ab Mitte 40-jährig kommt leider bei allen Leuten die Alterssichtigkeit hinzu. Sprich eine Lesebrille wird dann für Kleingedrucktes, später für alle Texte, notwendig. Für die Ferne, den Sport, Autofahren und TV schauen werden Sie voraussichtlich aber nie eine Sehhilfe benötigen.

#### Was erfahre ich über meine Augen bei einer Vorsorgeuntersuchung bei Ihnen? Was kostet so eine Untersuchung? Und wie häufig sollte so eine Untersuchung gemacht werden?

Wir beurteilen und besprechen nach der Untersuchung die Augengesundheit anhand der Untersuchungsergebnisse sowie der familiären Vorbelastung. Zudem machen wir eine Eignungsabklärung für Augenlaser. Ohne Auffälligkeiten in jungen Jahren empfehlen wir in der Regel eine Untersuchung alle 2 bis 4 Jahre. Liegen gewisse (noch) nicht behandlungsbedürftige Auffälligkeiten vor, empfehlen wir engmaschigere Kontrollen nach wenigen Monaten oder 1 bis 2 Jahren. Die komplette Vorsorgeuntersuchung inklusive Brillenrezept berechnen wir mit CHF 150.-. Selbstverständlich können bei uns - falls notwendig - Nahrungsergänzungsprodukte, Augenpflegeprodukte oder Augentropfen bezogen werden.

#### Nahrungsergänzung für die Augen?

Ja, es gibt mehrere Krankheiten deren Symptome oder Verlauf durch Nahrungsergänzung positiv beeinflusst werden kann. Am Häufigsten geben wir Leinsamenölkapseln ab. Diese unterstützen die Befeuchtung der Haut und der Schleimhäute, so auch der Augenoberfläche. Nahrungsergänzung im Allgemeinen braucht immer etwas Geduld, denn Studien zeigen, dass erst nach etwa 2 bis 3 Monaten regelmässiger Einnahme die maximalen Nährstoffwerte im Blut erreicht werden, und sich erst ab diesem Zeitpunkt ein Effekt bemerkbar macht.

#### Wie kann ich mich für eine Augenuntersuchung anmelden?

Während den Öffnungszeiten nehmen wir Ihre Anmeldung unter der Telefonnummer 033 225 20 95 entgegen. Ein Onlinetermin kann jederzeit über die Website: [optometrie-aare.ch](http://optometrie-aare.ch) oder direkt via QR Code vereinbart werden.



Jessica Gygax ist eine vielseitige Persönlichkeit mit einer Leidenschaft für Präzision und Feingefühl. Mit einer neugierigen und praktischen Art meistert sie nicht nur ihre beruflichen Herausforderungen, sondern bringt auch in ihre Hobbys - von Outdooraktivitäten über das Klavierspiel bis hin zur Kartmechanik - viel Herzblut ein. Ihre Reise begann in Ebikon, und seither hat sie wertvolle Erfahrungen an verschiedenen Stationen gesammelt. Seit 2023 bringt sie ihre Begeisterung und ihr Können in die Optometriepraxis Aare GmbH ein, stets mit dem Anspruch, Menschen ein gutes Sehgefühl zu schenken.

#### Vorsorgeuntersuchung CHF 150.-

- Anamnese
- Augendruckmessung
- Augenuntersuchung (inkl. OCT und weit getropften Pupillen)
- Tränenfilmanalyse
- Besprechung/Beratung
- Auf Wunsch inklusive Augenlaserabklärung

Optometriepraxis Aare  
Panoramastrasse 1  
3600 Thun  
033 225 20 95  
[optometrie-aare.ch](http://optometrie-aare.ch)  
[info@optometrie-aare.ch](mailto:info@optometrie-aare.ch)

