

Ons zicht gaat achteruit, maar we doen er weinig aan

Onderzoek: 35% van de Nederlandse kinderen draagt inmiddels een bril

Ruim een derde van de Nederlanders vindt een periodieke controle van het gebit belangrijker dan een periodieke oogmeting, zo blijkt uit representatief onderzoek van onderzoeksbureau Motivaction in opdracht van Pearle Opticiens. Drie op de tien bril- of lenzendragers erkent dat zij zelf lange tijd niet doorhadden dat hun zicht achteruit ging omdat dit zo geleidelijk aan gebeurde. Toch is aandacht voor gezonde ogen en goed zicht nu urgenter dan ooit.

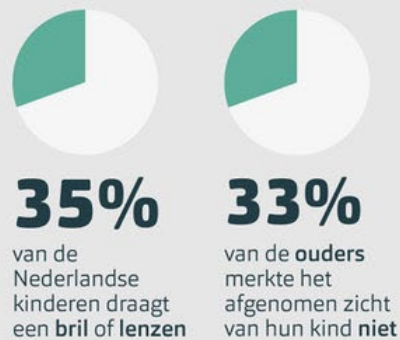
Pearle
opticiens

Inzichten over oogzorg

Toename schermtijd tijdens corona



Slecht zicht kinderen



Redenen uitstel oogmeting

(Oogmetingen buiten de geadviseerde termijn)



“Niet nodig, mijn zicht was stabiel”

50%

“Het kwam er gewoon niet van”

26%

Meest voorkomende klachten bij verminderd zicht



Top 3 redenen om geen bril te willen dragen



In totaal hebben n= 1.010 Nederlandse respondenten van 18 tot 80 jaar meegedaan aan het onderzoek van Motivaction in opdracht van Pearle. Het gaat om een landelijk representatieve steekproef, inclusief proportionele groepen van dragers en niet dragers van brillen/lenzen.

Corona eyes: nog méér gekluisterd aan ons scherm

Door de lockdown is onze schermtijd fors toegenomen. De dagelijkse schermtijd van volwassenen steeg met 14%, die van kinderen met 33%. Gemiddeld zitten volwassenen in Nederland daarmee dagelijks zo'n vijf uur en een kwartier achter een beeldscherm, thuiswonende kinderen gemiddeld maar liefst vier uur en twintig minuten. Slechts een derde van de ouders en hun thuiswonende kinderen onderneemt actie om de ogen gezond te houden. Dit kan bijvoorbeeld door het scherm te dimmen of op de geadviseerde armlengte afstand te zetten. De 20-20-2-regel die bijziendheid voorkomt (20 minuten scherm- of leestijd, dan 20 seconden in de verte kijken, en voor kinderen dagelijks 2 uur buiten spelen) is slechts bij 5% bekend. Quotes als *"ik doe niets, het zit allemaal in de genen"* en *"meer wortels eten"* zijn maar enkele spraakmakende oneliners uit het onderzoek.

Bas Nuytinck, Marketing Directeur Grandvision Benelux: *"Door het langdurig scherpstellen van de ogen op een punt dichtbij (zoals op een scherm) verandert de bolling van het oog. Die verandering is blijvend, bij kinderen groeien ogen in die verkeerde vorm door. Daarom is het extra belangrijk dat mensen goed voor hun ogen zorgen, tijdig de signalen herkennen en actie ondernemen."*

Ook bij slecht zicht loopt Nederland gewoon door

Uit het onderzoek blijkt ook dat Nederlanders er tegenop zien om tijdig actie te ondernemen. Een kwart van de bril- en lenzendragers waarbij het verminderd zicht al is vastgesteld, ziet op tegen een oogmeting en stelt die nog steeds liever gewoon uit. Maar liefst een op drie meest recente controles viel buiten de geadviseerde termijn*. Men vindt het *"niet nodig"* en *"het kwam er niet van"* waren vaak terugkerende antwoorden. Gelukkig hanteren ouders voor hun brildragende kinderen wel strakkere regels en wordt er wél tijdig actie ondernomen.

Kinderen met slecht zicht moeilijk te herkennen

Hoofdpijn, vermoeidheid en leesproblemen blijken de meest bekende en ervaren klachten bij verminderd zicht. Heel wat symptomen als gevolg van verminderd zicht zijn bij de gemiddelde Nederlander nog onbekend, denk bijvoorbeeld aan concentratieproblemen of een onzeker gevoel in het verkeer. Inmiddels draagt maar liefst 35% van de Nederlandse kinderen een bril of lenzen. Een derde van hun ouders heeft nooit iets gemerkt van het afgenomen zicht van hun kind. De klachten die door ouders het vaakst gesignaleerd worden bij kinderen met zichtproblemen zijn leesproblemen en hoofdpijn (beide 33%).

Een excuus te veel

Niet-dragers van een bril of lenzen zien op tegen het moment dat ze toe zijn aan een zichtoplossing. Zo lijkt hen het dragen van een bril of lenzen niet fijn. Ook spelen de kosten, het toegeven dat het zicht achteruitgaat, het esthetisch aspect en angst dat het zicht sneller achteruit gaat met een bril of lenzen (23%) een rol. Het is alvast een geruststelling dat je ogen écht niet sneller achteruit gaan als je een bril draagt. Je ogen wennen uiteindelijk aan het dragen van een bril of lenzen, maar ze maken je zicht niet slechter. Je ogen 'bepalen zelf' hoe snel ze achteruit gaan en een bril of lenzen hebben daar geen invloed op.

Download [hier](#) het onderzoeksrapport van Motivaction (niet voor publicatie)

Onderzoeksverantwoording: In totaal hebben n=1.010 Nederlandse en n=1.037 Belgische respondenten van 18 tot 80 jaar meegedaan aan het onderzoek.

In beide gevallen gaat het om landelijk representatieve steekproeven. Het veldwerk is uitgevoerd in de periode van 19 februari tot en met 2 maart 2021.



* Periodieke oogcontrole is een belangrijk aspect van zelfzorg, net als de periodieke tandcontrole. Pearle Opticiens adviseert om elk jaar je ogen op te laten meten, ook als je al een bril of contactlenzen draagt. Je zicht kan namelijk verder achteruitgaan.

Over Pearle Opticiens

Pearle Opticiens, opgericht in 1959 en onderdeel van GrandVision Benelux, is de betrokken oogexpert voor jong en oud. Met aandacht en betrokkenheid zetten de volleurde opticiens zich in voor het bieden van de beste oogzorg en het helpen voorkomen van oogproblemen, zelfs nog vóór het moment waarop het zicht achteruitgaat. Vanaf woensdag 7 april 2021 kunnen mensen bij Pearle Opticiens terecht voor een Goed Zicht Gesprek. Naast een gratis oogmeting en persoonlijk advies gaan de opticiens op een laagdrempelige manier dieper in op de lifestyle, het gedrag en de wensen, om mensen nog beter te helpen goed zicht te behouden of terug te krijgen. www.pearle.nl