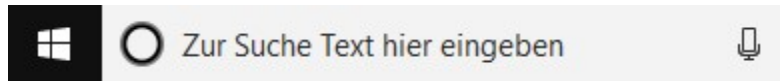
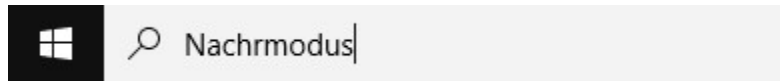


## Windows 10 Nachtmodus

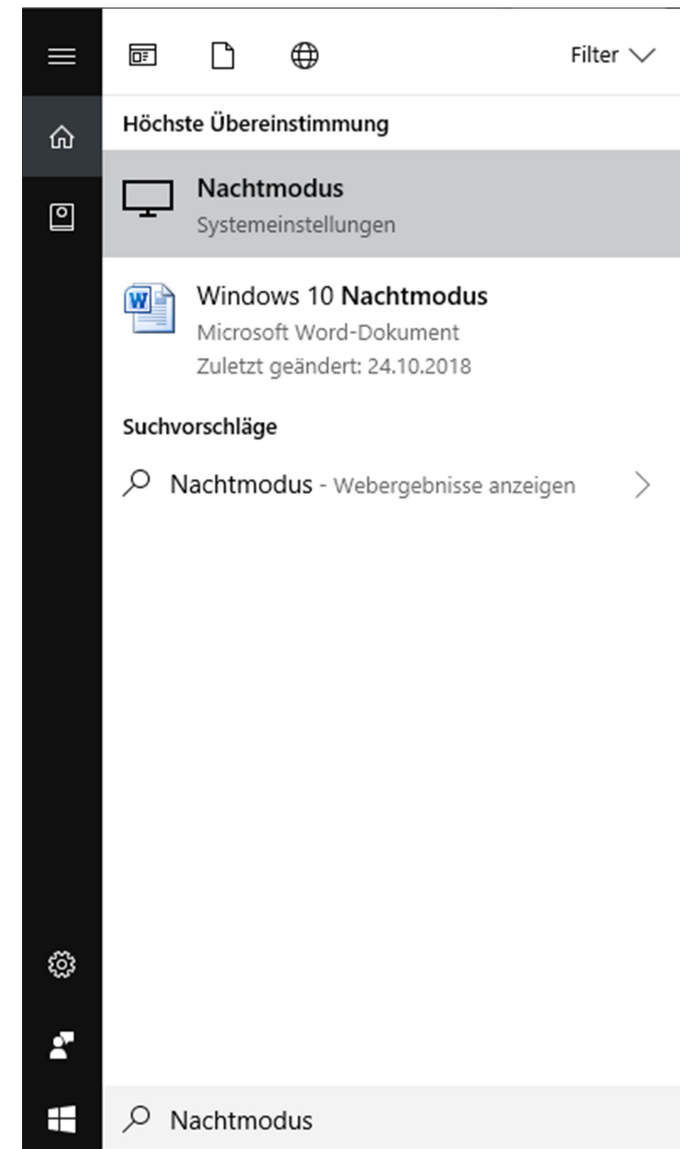
Der Windows Nachtmodus schont auch am Tage die Augen vor altersbedingter Makuladegeneration!



Nachtmodus in die Textsuche eingeben ...



... und bestätigen



## Windows-Einstellungen anpassen

LED-Lampen: Schädliches Licht für die Augen



Das Licht von LED-Lampen könnte auf Dauer schädlich für die Augen sein. Das zeigt eine [Studie des französischen Instituts für Gesundheit und Medizinforschung](#). Den Untersuchungen zufolge kann der hohe Anteil blauen Lichts die altersbedingte [Makuladegeneration](#) fördern.

Blaues Licht kann Makuladegeneration fördern

Um weißes Licht zu erzeugen, mischen LED-Lampen blaues und gelbes Licht. Das blaue Licht kann die Hornhaut ungehindert passieren und Entzündungsprozesse in der Makula auslösen. In diesem Bereich der Netzhaut sitzen die farbempfindlichen Sinneszellen am dichtesten beieinander.

Blaues Licht führt zur Überproduktion eines Eiweißstoffes, der eine Kettenreaktion auslöst, die zum Tod der Sehzellen führt. Dadurch kommt es zu einem Verlust des Sehvermögens. Blaues Licht schädigt außerdem Pigmentzellen der Netzhaut. Durch beschleunigte Alterungsprozesse produzieren die Zellen vermehrt Abfallstoffe (Lipofuzine), die wiederum die Sehzellen schädigen.

Eine Makuladegeneration erkennt der Augenarzt an bestimmten Ablagerungen und dunklen Flecken auf der Netzhaut. Die Krankheit ist nicht heilbar und tritt meist altersbedingt auf. Blaues Licht beschleunigt den Prozess vor allem, wenn das Auge dem Licht ungeschützt ausgesetzt ist - also zum Beispiel beim Fernsehen oder bei der Arbeit am Bildschirm.

