

### Wissenswertes zum Thema „Blindheit und Sehbehinderung“

(Aus Gründen der Lesbarkeit ist der Artikel in der männlichen Form formuliert.  
Die weibliche Form ist gleichermaßen damit gemeint.)

Vor ein paar Tagen war ich im Keller, um ein paar Getränke rauf zu holen. Aber der Lichtschalter funktionierte nicht. Also habe ich mich langsam und vorsichtig im Dunkeln zu unserem Kellerraum vorangetastet. Im Dunkeln das Vorhängeschloss zu öffnen war eine echte Herausforderung. Zum Glück konnte ich mich gut erinnern, wo die Getränkekästen stehen.

Oh Mann, die Orientierung im Stockdunkeln war echt schwierig.

#### Was bedeutet es, blind oder sehbehindert zu sein?

Darauf gibt es keine allgemein gültige Antwort.

Die Ursachen für Sehbehinderungen und Blindheit sind so unterschiedlich wie die Auswirkungen:

Mancher sieht im Nah- oder Fernbereich sehr unscharf. Oder das Sichtfeld des Betroffenen ist sehr eingeschränkt, so dass er wie durch einen Tunnel sieht.

Außerdem kann die Wahrnehmung von Farben eingeschränkt sein. Ungünstige Lichtverhältnisse erschweren das Sehen zusätzlich.

#### Sehbehinderung nach WHO

(Quelle: [www.bsvsh.org](http://www.bsvsh.org))

##### Stufe 1

Erst ab einem Sehvermögen von 30 % oder weniger besteht in der Regel ein Anspruch auf eine Kostenbeteiligung der Krankenkassen bei Sehhilfen wie Brille oder Kontaktlinse.

##### Stufe 2

Das Sehvermögen ist kleiner / gleich 10%.

##### Stufe 3

Ist das Sehvermögen kleiner / gleich 5 %, spricht man in Deutschland von hochgradiger Sehbehinderung. Die WHO spricht hier bereits Blindheit.

##### Stufe 4

Sehvermögen von kleiner / gleich 2 %. Ab hier spricht man in Deutschland von praktischer oder "gesetzlicher" Blindheit ggf. mit dem Anspruch auf Blindengeld.

##### Stufe 5

Blindheit (medizinisch: Amaurose) steht für fehlende Wahrnehmung von Lichtschein. Soweit die Theorie.

#### Beispiele für Barrierefreiheit für blinde und sehbehinderte Menschen

Manchmal kann das Leben der Betroffenen mit einfachen Mitteln erleichtert werden, in dem man Hindernisse aus dem Weg räumt oder Treppenkanten und andere Gefahrenstellen mit farblichen Kontrasten markiert.

Im Straßenverkehr sind z.B. akustische Ampeln eine große Hilfe. Taktile Bodenindikatoren helfen den Menschen weiter, die mit einem Langstock gehen. Informationen sollten tast- bzw. hörbar sein (z.B. Braille – oder Pyramidenschrift, Vorleseprogramme im Netz oder Infos über Lautsprecher).

Übrigens: Braille- oder Punktschrift können oft nur die Personen lesen, die diese bereits als Kind in der Schule gelernt haben.

#### Tipp:

Überall in Deutschland gibt es sogenannte **Dunkelrestaurants**. Dort kann man einen Tisch reservieren, um im Kreise seiner Freunde lecker zu essen. Allerdings in völliger Dunkelheit.

Das blinde oder stark sehbehinderte Servicepersonal begleitet die Gäste auf Ihrem Weg in die Dunkelheit und gibt ihnen einen kleinen Einblick in ihre Welt!

Wo es in Eurer Nähe ein Dunkelrestaurant gibt, findet Ihr im Internet.

Angela Ströter