

Beeinträchtigung durch Flimmerlicht

Sehr geehrte Damen und Herren des Leipziger Stadtrates,

ich bin darüber besorgt, am gesellschaftlichen Leben zunehmend nicht mehr uneingeschränkt teilnehmen zu können und bitte Sie um Ihre Mithilfe.

Wegen einer erhöhten Sehfrequenz kann ich die Bewegungen von elektrischem Licht mitverfolgen. So ist das stroboskopartige Flimmern vieler LED sowie das Flackern und Aufblitzen von Leuchtstoffröhren und Energiesparlampen für mich deutlich wahrnehmbar. Es beeinträchtigt nicht nur mein Wohlfühl, sondern verursacht beinahe unmittelbar Übelkeit, Schwindel, Orientierungslosigkeit sowie starke Schmerzen in Augen und Kopf, denen bei einer Flimmer-Überdosis Fieber folgt.

Sobald das Sonnenlicht nicht mehr ausreicht, jenes diskontinuierliche Licht von LED und Leuchtstofflampe aufzufüllen, muss ich dringend eine sichere Umgebung aufsuchen, in der ich mich auch ohne Sehen zurecht finde – das nicht nur nachts. Ein normales Leben zu führen, ist mir so nicht möglich.

Beim Verlassen meiner Wohnung trage ich immer einen Notfallkoffer mit Glühbirnen bei mir. Bevor ich zu einer Verabredung gehe, erkundige ich mich nach den dortigen Lichtverhältnissen und Lampenfassungen. Bei Seminaren, Tanzfesten und Theateraufführungen bleibt mir nur im vornhinein zu fragen; Wer ist hier eigentlich für das Saallicht verantwortlich? Für den sicheren Hin- und Rückweg bin ich jedoch - vor allem in der dunklen Jahreszeit - zumeist auf eine Begleitperson angewiesen.

Mit meiner erhöhten Sehfrequenz bereitet es mir auch große Mühe, mich als Fußgänger oder Radfahrer an Straßen zurecht zu finden, geschweige denn, mich ungehindert am Straßenverkehr zu beteiligen. Dies liegt mitunter am stroboskopartigen Flimmern, der in vielen Fahrzeugscheinwerfern zum Einsatz kommenden LED's. Besonders zappelig sind Tagfahrlichter. Doch auch die angezeigte Schrift auf Zug, Bahn und Bus zu lesen und somit zu erkennen, um welche Linie es sich handelt oder wohin sie unterwegs ist, bereitet mir Probleme. Ebenso ergeht es mir mit den Haltestellenanzeigen. Denn auch hier hindern mich flimmernde Leuchtmittel am Erkennen. Überdies breiten sich allerorten LED-betriebene, flimmernde Straßenlaternen aus, was bei barrierefreien Bauvorhaben bisher keine Berücksichtigung findet.

Um mich vor einer Sehbelastung zu bewahren, bleibt mir daher bisher nichts anderes übrig, als öffentliche Orte, Veranstaltungen, Gebäude und Straßen zu meiden.

Über das Gesundheitsamt Leipzig habe ich eine Selbsthilfegruppe gegründet, um ein Forum zu schaffen, über das sich Betroffene, Interessierte sowie Unterstützer lösungsorientiert miteinander zur Thematik austauschen können. Von Flimmer-Betroffenen wurde mir indes anvertraut, dass eine erhöhte Empfindlichkeit bei Augenbewegungserkrankungen, Autismus sowie Epilepsie-Neigung besteht, aber auch Migräne, Depressionen und Angsterkrankungen durch Lichtflimmern begünstigt oder bestehende Symptome verschlimmert werden können. Selbst dann, wenn wir das Flimmern (üblicherweise) nicht wahrnehmen, scheint es wohl doch einen nicht zu unterschätzenden Einfluss auf unsere Reizverarbeitung und die Stressachse zu haben.

Es würde mich daher sehr freuen, wenn dieser Umstand künftig auch öffentlich thematisiert sowie bei barrierefreien Bauvorhaben berücksichtigt wird. Hierfür bitte ich Sie um Ihre Mithilfe, damit ich mein Lebensumfeld auf Dauer so einrichten kann, dass ich mich sicher und wohl fühlen sowie gesund Sehen kann. Herzlichen Dank.

Solang die Sonne scheint, ist alles gut.