**Schattenspender mit Stil – die Sonnenbrille als Superheld**

Schon lange vorbei sind die Zeiten, als man sich über Sonnenbrillenträger lustig machte. Und nur Ignoranten blicken provokativ ungeschützt direkt in die Sonne – sie wollen wohl den «harte Siech» markieren! So wichtig die Sonne für unsere Gesundheit ist, so kann sie doch auch schaden. Nicht nur das übermässige «Sünnelen», möglichst ohne Schutz (wer erinnert sich an die Zeiten, wo man sich noch mit Melkfett einrieb, um schneller braun zu werden… undenkbar heutzutags!), kann gesundheitliche Folgen haben, auch die Augen können durch Sonnenstrahlen geschädigt werden. Darum sind Sonnenbrillen weit mehr als nur ein modisches Accessoire. Im Folgenden finden Sie passend zur Saison einen Überblick über die wichtigsten Aspekte rund um Sonnenbrillen:

**Schutzfunktionen**

**UV-Schutz:**  
Eine der wichtigsten Aufgaben einer Sonnenbrille ist der Schutz vor schädlicher ultravioletter Strahlung (UV-Strahlen). Achten Sie beim Kauf darauf, dass die Brille mit „100% UV“ oder „UV 400“ gekennzeichnet ist und das CE-Zeichen trägt. Diese Angaben garantieren, dass die Gläser UV-A- und UV-B-Strahlen filtern und damit die Hornhaut und Netzhaut schützen.

**Blendschutz (Tönung):**  
Die Tönung der Gläser reduziert die Blendung durch Sonnenlicht. Sonnenbrillen werden in fünf Kategorien (0–4) eingeteilt, je nach Lichtdurchlässigkeit. Diese Kategorien sollten vor dem Kauf ersichtlich ausgewiesen sein:

| **Kategorie** | **Lichtdurchlässigkeit** | **Geeignet für** |
| --- | --- | --- |
| 0 | 80–100 % | leichter Blendschutz, abends |
| 1 | 43–80 % | bewölkte Tage, Stadt |
| 2 | 18–43 % | Sommer in Mitteleuropa |
| 3 | 8–18 % | Meer, Berge, intensives Sonnenlicht |
| 4 | 3–8 % | Hochgebirge, Gletscher (nicht für Strassenverkehr) |

**Materialien der Gläser**

Das kratzfesteste Material ist **Glas** ; es ist zudem optisch klar**.** Allerdings ist es das schwerste Material und kann bei Stössen oder Stürzen zerbrechen. Daher ist es eher für den Alltag als für Sportarten geeignet**. Polycarbonat** hingegenist leicht, bruchsicher und ideal für Sport und Outdoor-Aktivitäten, aber weniger kratzfest als Glas. **Tri-Acetat-Cellulose (TAC):** diese günstigen Gläser sind leicht und werden gern für viele Freizeitbrillen verwendet. **CR-39 (Kunststoffpolymer) und Trivex (Werkstoff auf der Basis von Polyurethan)** bieten gute optische Eigenschaften, sind leicht und relativ robust.

**Besondere Gläser-Eigenschaften**

Polarisierende Gläser reduzieren zusätzlich Reflexionen, z. B. auf Wasser oder Schnee, und sind ideal für Autofahrer oder Wassersportler, während **v**erspiegelte Gläser zusätzlich vor Blendung schützen. Für manche Träger sind sie ein modisches Statement**.** Blaulichtfilter schützen vor einem Teil des sichtbaren blauen Lichts, das von Bildschirmen ausgestrahlt wird, und somit werden sie für sogenannte PC- oder Bürobrillen verwendet.

**Passform und Stil**

Die Brille muss gut sitzen, die Augenbrauen abdecken und seitlich möglichst wenig Licht durchlassen. Auch sollte sie nicht auf den Wangen aufliegen. Wimpernschlag ebenfalls prüfen! Unbedingt vor dem Kauf ausprobieren - daher empfehlen wir den Onlinekauf nicht. Auch bei bewölktem Himmel oder reflektierenden Oberflächen (Schnee, Wasser, Sand) ist das Tragen einer Sonnenbrille sinnvoll. Im Strassenverkehr dürfen zu dunkle Gläser (Kategorie 4) nicht getragen werden, da sie die Farberkennung beeinträchtigen können.

**Beliebte Sonnenbrillenformen**

* **Aviator (Pilotenbrille)**: Ein absoluter Klassiker mit tropfenförmigen Gläsern und meist filigranen Rahmen. Sie wirkt modern und trendig und ist ein zeitloser Hingucker, der nie aus der Mode kommt. Filmmoment: «Mission Impossible»
* **Runde Sonnenbrillen**: Früher oft mit Hippie-Image behaftet, sind sie heute modern und alltagstauglich. Es gibt Varianten mit schmalen Metallfassungen oder aus Acetat, oft mit leicht ovalen Gläsern. Sie verleihen jedem Outfit einen coolen, rockigen Touch. Filmmoment: «Nowhere boy – John Lennon»
* **Cateye (Katzenaugen)**: Seit den 50er-Jahren beliebt und aktuell wieder im Trend, besonders in modernen, spitz zulaufenden Varianten (Pointed Cateye). Sie wirken elegant und liften optisch das Gesicht, besonders gut bei runden, weichen Gesichtern. Filmmoment: «How to marry a Millionaire»
* **Eckige Sonnenbrillen**: 90er-Jahre-Revival mit Retro- oder futuristischem Look. Sie sind besonders geeignet für runde Gesichter, da sie die Gesichtszüge ausgleichen und Individualität zeigen. Filmmoment: «Men in Black»
* **Retro-Sonnenbrillen**: Dünne Rahmen, oft mit Schlüssellochsteg und Tortoise-Muster, bringen den Stil der 70er und 80er zurück. Modelle im John-Lennon-Stil mit runden Gläsern sind ebenfalls angesagt. Filmmoment: «Thelma & Louise»
* Übrigens: moderne Sonnenbrillen setzen zunehmend auf nachhaltige und recycelbare Materialien wie Acetat, Aluminium, Titan oder sogar Rizinusölgläser

Fazit: eine gute Sonnenbrille schützt zuverlässig. Daher beim Kauf unbedingt auch gute Passform und entsprechende Gläser achten. Wenn diese Bedingungen erfüllt sind, darf Ihre Sonnenbrille durchaus ein modisches Statement sein!