




Synstræning

hos optomestristen

Optometristerne *står for specialtræningen* af for eksempel problemer med samsyn, dybdesyn og øjnenes følgebevægelser og fokusering.

AF: OPTOMETRISTERNE PERNILLE ØSTBERG OG HANS TÆRSBØL

FOTO: HENRIK FRYDKJÆR

 <http://roskildebomi.dk>



Optometristerne står for den specielle synstræning. De vælger at lade kursisterne træne med et øje ad gangen i starten for at sikre, at begge øjne kan præstere lige meget.

»» **Optometristerne i Roskilde Synspleje** oplever et stigende antal henvendelser af mennesker med senhjerneskader, som søger hjælp på grund af synsproblemer. Mange kommer forholdsvis sent i deres genoptræningsforløb, da det ikke er synsproblemerne, der vejer tungest i den første periode efter hjerneskaden. Selvom der er et stort potentiale for at skabe forbedringer af de visuelle og dermed de praktiske færdigheder, er udfordringen, at synstræningen kræver 20-30 minutters hjemmeøvelser dagligt, hvilket stiller store krav til personens fysiske og psykiske formåen. Klienterne

skal derfor have opnået et vist energiniveau og dermed motivation, når de indleder synstræning. Ved hjerneskader er samsynet ofte svækket.

Derudover rammes også øjnenes følgebevægelser (sakkader; øjnenes bevægelse fra et punkt til et andet, f.eks. ved læsning) og fikstation (når øjnene fokuserer imellem sakkaderne). Klienterne lider ofte af et svagt dybdesyn, hvor synet på det ene øje kan sætte ud i kortere eller længere perioder. Det kan være en væsentlig årsag til problemer med svimmelhed, ubehag og fysisk usikkerhed ved





Winnie Engelborg er tidligere kursist på hjerneskadecenteret BOMI. Hun skal skiftevis slå til bolden med håndfladen, hoften og knæet. Øvelsen træner ud over øje-hånd-krop-koordination også timing og afstandsbedømmelsen.



færden i større rum, hvor klienterne ofte søger stabilitet ved at støtte sig til en indkøbsvogn, en stol eller ved at læne sig op af en væg.

SYNSTRÆNING OG SAMARBEJDE MED FYSIOTERAPEUTER

Ved genoptræning af reducerede eller tabte visuelle færdigheder begynder vi med de grundlæggende motoriske og visuomotoriske færdigheder. Den første del af træningen udføres for det meste med klap for skiftevis det ene og det andet øje for at undgå en unødigt konflikt i samarbejdet mellem øjnene. Anden del af træningen bygger videre på den mere finmotoriske del, hvor øjnene indgår. Det er vigtigt, at klienten lærer de mistede færdigheder i den rigtige rækkefølge, da det er en forudsætning for en god indlæring, der holder på lang sigt. Sidst i forløbet begynder vi på at træne samsynet. Ikke alle når til denne del af træningen på Hjerneskadecentret, da deres forløb er tidsbegrænset.

Når vi træner klienter i Roskilde Synspleje, er det altid et individuelt træningsforløb. På Hjerneskadecentret har udfordringen været at træne flere personer ad gangen med hver sit individuelle mål. Men der er mange fordele ved gruppetræningen. Ud over fællesskabet betyder den løbende tilgang af deltagere, at klienterne er på forskellige niveauer i synstræningen, og det er positivt. Det virker motiverende for den nye på holdet at se, hvor langt man kan nå med træningen. Klienter med balance og svimmelhed har ekstra behov for fysioterapi i forbindelse med synstræningen. Det er vores indtryk, at bevægelsestræningen og den vestibulære træning, fysioterapeuterne udfører, i høj grad er medvirkende til, at klienterne mærker en hurtigere bedring. ●

Referencer

Kenneth J. Ciuffreda O.D., Ph.D. et al. *Oculomotor rehabilitation for reading in acquired brain injury*

Journal of Neuro Rehabilitation, nr. 21 (2006), s. 9-21.

Kenneth J. Ciuffreda O.D. Ph.D. et al.

Vision therapy for oculomotor dysfunctions in acquired brain injury: A retrospective analysis.

Journal of Optometry, America Optometric Association, nr. 79 (2008), s. 18-22.

Irwin B. Suchoff, O.D., D.O.S., Kenneth J. Ciuffreda, O.D., Ph.D. and Neera Kapoor, O.D., M.S. (editors).

Visual & Vestibular Consequences of Acquired Brain Injury. Published by The Optometric Extension Program Foundation

BLÅ BOG



Pernille Østberg

Optometrist i 1989. Tilknyttet Roskilde Synspleje. Efteruddannelse fra Baltimore Academy of Behavioral Optometry. Er p.t. i gang med 3-årig uddannelse som FCOVD (Fellow of College of Optometrists in Vision Development).



Hans Tærsebøl

Optometrist fra 1971. Startede Roskilde Synspleje i 1984. Uddannelse: Doctor of Optometry fra University of Houston, USA 1973. Efteruddannelse fra Baltimore Academy of Behavioral Optometry. Færdig-certificeret FCOVD i 1995.