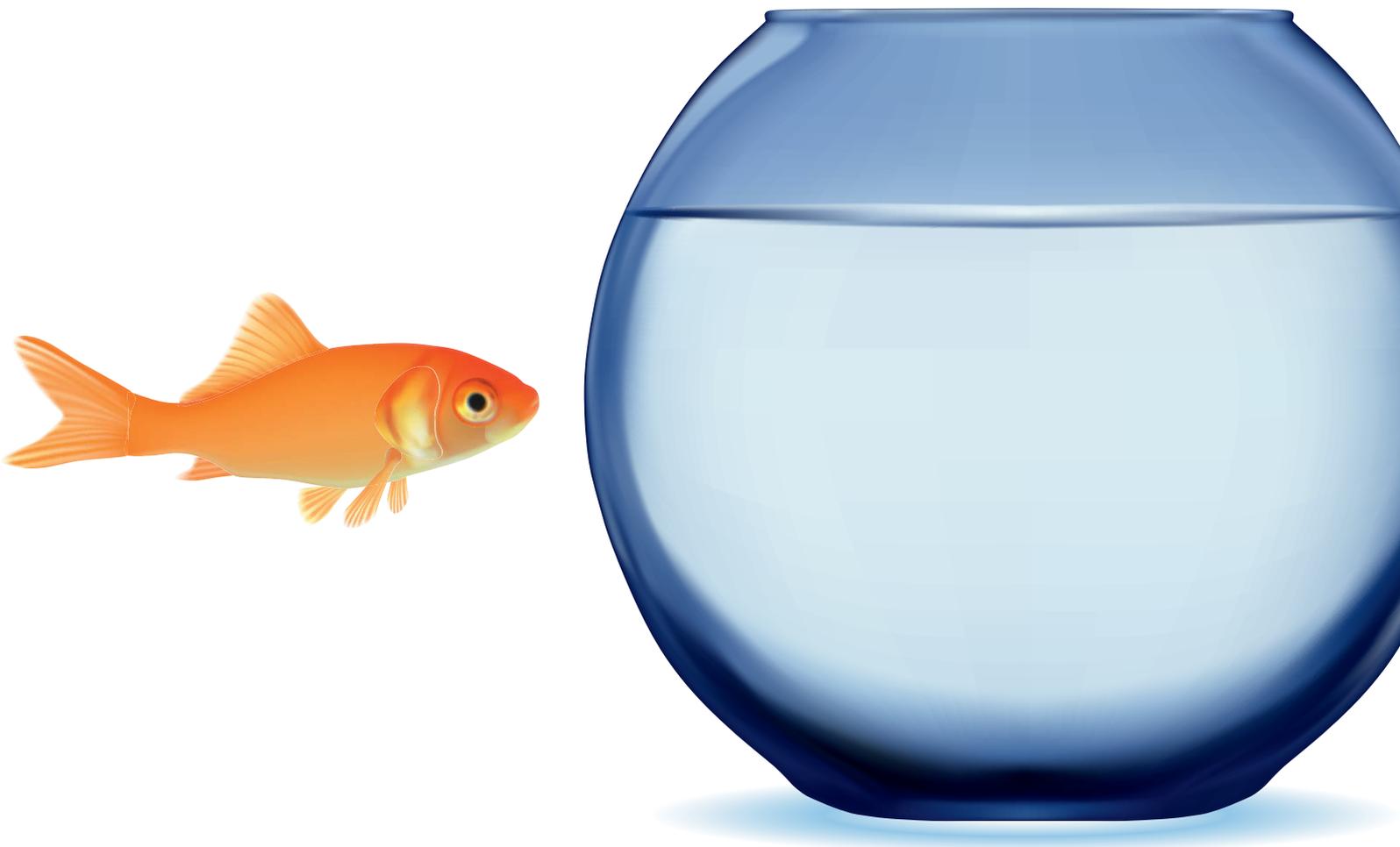


Goldfisch, Buchstabenball und Co.

Funktionaloptometrie nach einem dänischem Modell Teil 3/3

Birgit Meyer ist selbstständige Augenoptikerin und Visualtrainerin in der Nähe von Lüneburg. Vor knapp zehn Jahren machte sie sich selbstständig. Da sie sich spezialisieren wollte, suchte sie nach Fortbildungsmöglichkeiten und stieß dabei auf die ersten Visualtrainig-Seminare (VT) von trainyoureyes.com in Deutschland. Seit 2014 ist sie als Anwendungsberaterin für Deutschland tätig.



Das Ziel dieser Serie ist, zu informieren wie Visualtraining funktionieren kann. Interessierte Augenoptiker sollen motiviert werden, sich fortzubilden um dieses Training selbst durchzuführen und einen kaum erschlossenen Markt zu nutzen. Dazu schildert Birgit Meyer Fälle aus ihrer Praxis.

Fall 3: Der 74-jährige Wilhelm – nach einem Schlaganfall
Befund: Schlaganfall. Drei Monate danach kam Wilhelm zusammen mit seiner Frau zu mir. Bis dahin wurde er klinisch betreut und hatte bereits eine Reha-Maßnahme über einige Wochen erhalten, die von beiden kritisch beurteilt wurde. Nun nahm seine Frau (die selbst einen Schlaganfall erlitten hatte)



die Auswahl der Therapien und Anwendungen in die Hand.

Gründe für die Analyse der Sehfunktionen waren:

- Gesichtsfeldausfall temporal rechts
- Starker Visusabfall auf dem rechten Auge (Visus 0,05)
- Erinnerungslücken bei Buchstaben, Symbolen, Ziffern etc.
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Sehr geringe visuelle Ausdauer
- Schwierigkeiten sich an Inhalte zu erinnern
- motorische Einschränkungen der rechten Seite
- Einschränkungen im Sprachgebrauch (Aphasie)

Die Ergebnisse meiner Analyse waren:

- Schwächen der Koordination und Konzentration
- Schwächen der Balance
- Lesefähigkeit war nicht mehr gegeben
- Extrem eingeschränktes Blickfeld rechts, etwas eingeschränktes Blickfeld links
- Alternierendes Sehen
- Teilweise Doppelbilder

Die Refraktion ergab rechts einen Visus_{cc} von 0,1, links 0,8. Die Refraktion strengte Wilhelm enorm an und gestaltete sich auch für mich als besondere Herausforderung, da der Klient sich manchmal nicht an Zahlen oder Symbole erinnern konnte.

Vorgehensweise: Zusätzlich zur Logopädie, Ergotherapie und Physiotherapie empfahl ich das Visualtraining. Hier ist die Betreuung durch Spezialisten verschiedener Fachrichtungen notwendig. Vor dem Training startete Wilhelm mit einer Lichtenwendung auf den geschlossenen Augen, dem TBI-Flasher (entwickelt von Manfred Siekmann), um die Rezeptoren zu stimulieren und die neuronalen Verknüpfungen zu aktivieren. Dies führte er vier Wochen lang, täglich für 3-5 Minuten durch.

Das Training erfordert sowohl vom Klienten als auch vom Trainer viel Ausdauer. Allerdings sind die Erfolgsaussichten auf ein Wiedererlangen der verlorenen Fähigkeiten am größ-

ten, wenn das Training so schnell wie möglich begonnen wird. Für Wilhelm bedeutet das kleine, regelmäßige Trainingseinheiten und Betreuung. Trainiert werden neben Gleichgewicht und Koordination, das schwache Auge, indem in manchen Übungen das starke Auge abgedeckt wird. Außerdem wird die Visualisierungsfähigkeit gefördert, um verschüttetes Wissen wieder zu aktivieren. Wilhelm ist zurzeit noch im Training.

Für mich und den Augenarzt messbare Ergebnisse waren:

- Visus_{cc} rechts 0,6, links unverändert 0,8
- Wilhelm erinnert sich nun an alle Zahlen, Buchstaben, Symbole
- Er kann den K-D Lese-Test ohne Zeilensprünge durchführen
- Er ist in der Lage wieder Treppen zu steigen und kurze Strecken ohne Stütze zu gehen
- Sein Blickfeld ist vergrößert, dies wird in den nächsten Wochen vom Augenarzt überprüft
- Die Sehausdauer und Konzentrationsfähigkeit ist von ca. 15-20 Minuten auf 90 Minuten gestiegen und kann nach kurzer Regenerationsphase wieder aufgenommen werden

Prognose: In den nächsten 4-8 Monaten wird Wilhelm wieder kurze Texte lesen und verstehen können, seine Leseschwindigkeit verbessern sowie das Blickfeld vergrößern. Wilhelm ist mit seinen Ergebnissen recht zufrieden, allerdings bemerkt er selbst immer noch Schwankungen in der Leistungsfähigkeit. Seine Frau freut sich über die neu gewonnene Selbstständigkeit Ihres Mannes und bestärkt ihn darin, seinen Hobbies, wie dem Lösen von Sudokus, nachzugehen. Fall 4: Die 41-jährige Natascha - kann keine Textnachrichten lesen oder versenden

Befund: An einem Informationsabend zum Thema: „Visualtraining und Schwindel – so kommt die Welt wieder ins Gleichgewicht“, bat ich Natascha, sich auf ein stabiles, hölzernes Balancierbrett zu stellen, um eine Übung



auszuprobieren. Da breitete sich ein großes Lachen auf ihrem Gesicht aus, sie traute sich dies absolut nicht zu. Mit meiner Unterstützung ließ sie sich jedoch auf den Versuch ein. Aufgrund von eigenen Schwindelerfahrungen und Unsicherheiten mit der Balance war sie auf meine Veranstaltung aufmerksam geworden. Kurze Zeit später vereinbarten wir einen Termin zur Analyse.

Gründe für die Analyse der Sehfunktionen waren:

- Extreme Blendempfindlichkeit
- Ständig gereizte Augen
- Reiseübelkeit/Schwindel
- Regelmäßige, starke Kopfschmerzen bei Nahtätigkeit (ärztlich untersucht)
- Doppelbilder

Da Natascha die gesamte Büroarbeit für ihren selbstständigen Ehemann bearbeitet, empfand Sie einen dringenden Handlungsbedarf. Eine Kollegin (Augenoptikermeisterin und Heilpraktikerin) hatte nach einer Messung nach MKH (Mess- und Korrekturmethode nach Haase) bereits eine Exophorie festgestellt und auf die Möglichkeit des Trainings hingewiesen.

Die Ergebnisse meiner Analyse waren:

- Exophorie 3 pdpt
- Konvergenzschwäche
- Sehr schwache Augenbeweglichkeit
- Unterdrücken des linken Auges in der Nähe
- Störungen des Gleichgewichtssystems

Vorgehensweise: Neben dem Training empfahl ich Natascha die prismatische Korrektur zur spontanen Entlastung, um ihren Alltag entspannter zu bewältigen. Die Brillenkorrektur half ihr sehr.

Dann begann das weitere Training, das sie kontinuierlich und konsequent durchführte. Gerade das Training des Gleichgewichtes war eine Herausforderung für sie. Hier startete die

Übung „Labyrinthsystem“ mit einer halben Drehung täglich auf dem Drehstuhl. Ihr Ehrgeiz und die Freude darüber, nach fünf Wochen zwei Umdrehungen zu schaffen, ohne dass ihr schlecht oder schwindelig wurde, motivierten die Klientin. Das Trainingsprogramm beinhaltete neben dem „Buchstabenball“ (Bericht FOCUS 2015_10) einige Vergenzübungen: zuerst mit dem Vergenztrainer, später mit PC-Aufgaben, um die Konvergenzbewegungen zu automatisieren. Akkomodationstraining, wie z.B. „Flipper“ stärkten die Sehausdauer und Belastungsfähigkeit für Nahaufgaben zusätzlich. Sie trainierte insgesamt acht Monate, bis sie das gesamte Programm durchlaufen hatte.

Ergebnisse:

- Exophorie 0,25 dpt
- Sehr gute Augenbeweglichkeit
- Volle Konvergenzfähigkeit
- Konstantes Stereosehen
- Verbesserter Gleichgewichtssinn
- Visussteigerung von 1,0 auf 1,25
- Reduziertes Blendempfinden

Ihr Training ist seit zwei Jahre beendet und ihr größter Erfolg in ihren Augen ist, dass sie ihren Kindern auf ihre Textmitteilungen antworten, oder im Stau Alternativrouten für ihren Mann mit dem Smartphone finden kann. „Allein dafür hat es sich gelohnt!“

Sie bewältigt die Büroarbeit ohne gereizte Augen und ohne Kopfschmerzen. Sie bemerkt, dass sie belastbarer geworden ist und besser sehen kann als andere. Auch eine Brille benötigt sie nicht mehr.

Jeder Klient hat seine Geschichte und bringt unterschiedliche Fähigkeiten mit. Oft ist die Anfangsphase des Trainings eine große Herausforderung für beide Seiten, die Erfolge zum Schluss sind es immer wert.

Birgit Meyer weiß: „Die Erfahrungen, die ich durch das Training mit meinen Klienten gemacht habe und mache, möchte ich nicht mehr missen!“

Birgit Meyer ist selbstständige Augenoptikerin. Seit 2014 ist sie als Anwendungsberater für trainyoureyes.com Deutschland tätig und bietet seit 2015 das Intensiv-Basisseminar deutschsprachig für Augenoptiker, Augenärzte und Orthoptisten an. Informationen finden Sie unter: www.trainyoureyes.com

