

# Warto wiedzieć: Rehabilitacja wzroku słabowidzących

Data publikacji: 24.09.2020 18:00

Osoby z dysfunkcją wzroku możemy podzielić na trzy podstawowe grupy: osoby niewidome, osoby ociemniałe oraz słabowidzące. Osoba niewidoma to taka, która urodziła się niewidzącą lub utraciła wzrok do 4 roku życia, ociemniała to ta, która utraciła wzrok później niż właśnie po 4 roku życia, a słabowidząca to taka o osłabionej ostrości wzroku pomimo stosowanej korekcji. O ile dwie pierwsze grupy raczej są skazane na niekończącą się ciemność, o tyle osobą słabowidzącym można pomóc w normalnym, codziennym życiu.



Fot: Pixabay.com

Właśnie do takich osób skierowana jest pomoc w postaci rehabilitacji wzroku. Rehabilitacja wzroku polega na ćwiczeniu różnych funkcji wzrokowych, tj. rozwijaniu umiejętności posługiwania się nimi. Jej celem jest zwiększanie skuteczności wykorzystywania widzenia w codziennym życiu osoby słabowidzącej. Osobie słabowidzącej okulary korekcyjne często nie poprawiają ostrości widzenia w sposób zadowalający (użyteczna ostrość wzroku), w związku z czym wykonywanie wielu czynności sprawia jej kłopot. Osoba ta może jednak poprawić zarówno ilość, jak i jakość wykonywania czynności, wykorzystując wzrokowe metody kompensacyjne, pomoce optyczne ułatwiające widzenie oraz dostosowując otoczenie do swoich potrzeb.

U osób słabowidzących mogą być zaburzone wszystkie lub tylko niektóre czynności wzrokowe, takie jak: ostrość wzroku, widzenie stereoskopowe, widzenie barw, widzenie nocne, pole widzenia – które staje się zawężone, występują mroczki w centralnym polu czy mroczki rozsiane. Rehabilitacja wzroku to seria ocen diagnostycznych oraz cykl ćwiczeń, które mają pomóc słabowidzącym w pokonaniu skutków deficytów wzroku. Może uzupełniać oddziaływania medyczne (korekcja okularowa, zabiegi operacyjne, iniekcje doszkliskowe), ale także przynieść korzyści w postaci lepszego funkcjonowania, nawet wtedy, gdy z medycznego punktu widzenia nic już nie da się zrobić.

Proces rehabilitacji wzroku rozpoczyna się od oceny funkcjonalnej możliwości wzrokowych. Ocena ta polega na: obserwacji zachowań słabowidzącego, przeprowadzeniu testów w celu uzyskania ogólnych informacji na temat widzenia, przeanalizowaniu wybranych czynności wykonywanych przez badanego. Wyniki są punktem wyjścia do ćwiczeń usprawniających.

Podczas rehabilitacji wzroku osoba słabowidząca otrzymuje pomoc poprzez m.in.:

- dobór pomocy optycznych, takich jak różnego rodzaju lupy (np. ułatwiające czytanie), jednooczne lunety (pozwalające np. odczytać numer domu), okulary lornetowe (np. do oglądania telewizji), pomocy elektronicznych (powiększalniki, lupy elektroniczne),
- dobór pomocy nie optycznych, takich jak kolorowe filtry nakładane na tekst dla poprawienia kontrastu, pulpity do książek i ramki ułatwiające czytanie, okulary filtrujące zmniejszające olśnienie,
- naukę korzystania z pomocy optycznych nie optycznych oraz naukę modyfikowania otoczenia fizycznego poprzez umiejętne stosowanie oświetlenia, kolorów, kontrastów, eliminowanie odbłasków, odpowiednią organizację przestrzeni, stanowisk pracy, nauki,
- prowadzenie ćwiczeń usprawniających np. uczenie takiego patrzenia, aby docierało do oka jak najwięcej informacji poprzez odpowiednie ustawianie gałek ocznych, kontrolowanie ich ruchów.

O to, gdzie uzyskać pomoc rehabilitanta wzroku, można pytać w Centrum Rehabilitacji Instytutu Tyflogicznego Polskiego Związku Niewidomych.

Osoby słabowidzące nie zawsze muszą być skazane na pomoc drugiej osoby.

AK, PZN