

Góð ráð

Fáar leiðir hafa reynst áhrifaríkar til að losna við þessar sýnir en þó hafa aðferðir eins og til dæmis það að blikka augunum ört eða færa sig frá sýninni stundum reynst gagnlegar.

Dæmi um sýnir

- Landslag með fossum og fjöllum.
- Fullt af fólki að hlaupa upp og niður stiga.
- Hestar eða önnur dýr að þvælast um fyrir fótum þér eða í rúminu þínu.
- Blómabreiða á eldhúsborðinu.
- Mynstur á veggnum.

Hafið samband við okkur

Starfsfólk Miðstöðvarinnar er ávallt reiðubúið til að svara spurningum og fyrirspurnum. Við hvetjum alla til að hafa samband við okkur ef einhverjar spurningar vakna um málefni blindra, sjónskertra og einstaklinga með samþætta sjón- og heyrnarskerðingu og ráðgjöf við notendur, aðstandendur og/eða fagfólk.

Hvar erum við?

Þjónustu- og þekkingarmiðstöðin er á 5. hæð í Hamrahlíð 17 í Reykjavík.

Hvenær er opið?

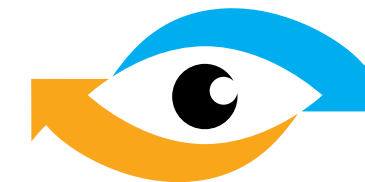
Miðstöðin er opin alla virka daga frá kl. 9 til 16.

Tímamantanir í síma 545 5800

hjá ráðgjöfum, augnlækni og sjónfræðingum.

Nánari upplýsingar á www.midstod.is

Nánari upplýsingar má einnig fá á heimasíðu Miðstöðvarinnar, www.midstod.is.



Charles Bonnet heilkennið

Skaðlausar ofskynjanir hjá sjónskertum



Hvað er Charles Bonnet heilkenni?

Charles Bonnet heilkenni (CB-heilkenni) er ástand sem veldur endurteknum ofsjónum hjá sjónskertu fólki. Það er algengast hjá eldra fólki með aldurstengda hrörnum í augnbotnum og sjón nálægt lögblindumörkum. Heilkennið þekkist þó hjá fólki á öllum aldri, enda getur það tengst öðrum augnsjúkdómum sem valda sjónskerðingu, eins og sjóntaugarýrnun, skýi á auga og gláku.

Þessar ofsjónir birtast í ýmsum myndum, allt frá einföldu eða litríku mynstri yfir í dýr, menn, landslag eða hluti og þær geta verið bæði svarthvítar og í lit. Myndirnar eru oftast mjög nákvæmar og geta virst skýrari en raunveruleg sjón einstaklingsins er. Oft falla þessar ofsjónir vel inn í umhverfi viðkomandi. Til dæmis geta hestar virst á beit inni í girðingu þótt hún sé í raun tóm.

Mikilvægt er að gera greinarmun á þessum ofsjónum og ranghugmyndum. Myndirnar sem einstaklingar með CB-heilkenni sjá eru skynvillur en ekki ranghugmyndir. Fullorðið fólk með góða andlega heilsu gerir sér oftast grein fyrir því að þessar myndir eru ekki raunverulegar og þær tengjast eingöngu sjóninni en ekki öðrum skynfærum (heyrn, lykt, bragði eða snertingu).

Tíðni CB-heilkennis

Í upphafi geta þessar myndir birst nokkuð oft og geta staðið allt frá nokkrum mínútum yfir í nokkra klukkutíma í senn. Oftast dregur úr þessum sýnum með tímanum en reynslan sýnir að þær geta staðið yfir frá nokkrum mánuðum upp í nokkur ár.

Í flestum tilvikum eru sýnirnar ekki kunnuglegar, þ.e.a.s. ekki fólk eða atburðir sem viðkomandi þekkir eða hefur upplifað og oftast eru þessar myndir hvorki óþægilegar né ógnandi. Það er samt ekki óalgengt að fólk hræðist þetta ástand og þori jafnvel ekki að hafa orð á því af ótta við að vera talið ruglað eða elliaert. Rannsóknir hafa sýnt að milli 20-30% sjónskertra og allt að 50% lögblindra hafi upplifað svona sýnir en bara 2-3% tali um þær að fyrra bragði.

Charles Bonnet

Svissneski náttúrufræðingurinn Charles Bonnet lýsti þessu fyrirbæri fyrstur manna í rituðu máli árið 1796. Afi hans, sem var mjög sjónskertur, spurði eitt sinn þegar Charles kom í heimsókn til hans hvaða myndarlegi maður þetta væri sem hefði komið með honum. Charles sagðist hafa komið einn og þá hvarf fylgdarmaðurinn. Afinn lýsti líka stórum bláum vasaklútum með rauðum hringjum sem svifu í lausu lofti um herbergið. Hann gerði sér samt grein fyrir að þetta væru ofsjónir þar

sem vasaklútar svífa ekki í lausu lofti en þegar hann sá fólk var hann stundum ekki alveg viss.

Á vissan hátt má bera þetta fyrirbæri saman við það sem gerist ef fólk missir útlími. Þá getur það haldið áfram að fá skynjun eins og kláða eða jafnvel sársauka í þann hluta líkamans sem er búið að fjarlægja.

Hvað veldur CB-heilkenni?

Við sjáum bæði með augunum og heilanum. Þegar frumur sjónhímnunnar (keilurnar) eru skemmdar eða óvirkar berast ófullkomin boð til heilans sem bregst við með því að fylla í eyðurnar og búa til sína eigin mynd. Þessar myndir eru ekki skapaðar af hugsun og því ekki hægt að hafa stjórn á þeim.

Ekki er með öllu ljóst hvernig sjóntap veldur ofskynjunum en vitað er að þetta tengist boðum milli augna og sjónstöðva í heila.

Ekki er til viðurkennt lyf eða meðferð við þessum sýnum, enda eru þær ekki geðheilsuvandamál eða sjúklegt ástand. Oftast venst fólk þessum sýnum og fer jafnvel með tímanum að kunna vel við þær.

Það getur verið gott fyrir fólk að vita að þessar sýnir hverfa með tímanum og það getur einnig verið gagnlegt fyrir fólk að hafa upplýsingar um CB-heilkenni til að deila með vinum og ættingjum.