

Sehbehinderung im Alter

Daniel Rey und Martin Guldemann

- **Vortrag und kurzer Film**
- **Fragenbeantwortung**
- **Hilfsmittel vorstellen an Tischen**
- **Weitere Fragemöglichkeit**

05.07.19

Überblick

- Etwa **325'000 Personen** mit einer Sehbehinderung leben in der Schweiz (~ 97%).
- Davon sind schätzungsweise **10'000 Personen blind**, das heisst sie nutzen praktisch kein Sehpotential (~ 3%).

Überblick

- Die **Altersbedingte Makula-Degeneration** (AMD) ist eine der Hauptursache für schwere Sehbehinderungen bei älteren Menschen.
- Da die Menschen immer älter werden, **nimmt diese Krankheit zu**.
- Dank **Hilfsmittel** und **Reha-Trainings** ist einiges möglich, um den Alltag soweit es geht, selbständig zu bewältigen.
- Die **Beratungsstellen** wie die **Zürcher Sehhilfe** unterstützen Sie dabei.

Zürcher Sehhilfe

- Private Organisation, gemeinnützig ZEWO-Gütesiegel.
- Der Verein bezweckt die **Information**, spezialisierte **Fachberatung** und **Unterstützung** von im Kt. ZH wohnhaften blinden/sehbehinderten Personen und Angehörige.
- 2 Beratungsstellen: in **Zürich** und **Winterthur**.
- Finanziell getragen von: BSV, IV, Spenden, Legate und vereinseigenen Mitteln.
- Jahrespauschale Fr. 100.- für Beratung, unabhängig von der Anzahl. (keine Mitgliedschaft)

Unser Dienstleistungsangebot

- Low Vision
- Sozialberatung
- Orientierung und Mobilität
- Lebenspraktische Fähigkeiten
- Informatik und Kommunikation
- Blindenschriftunterricht
- Hilfsmittel für den Alltag
- Ergotherapie
- Begegnungszentrum Kurse und Veranstaltungen
- Info- und Sensibilisierungsveranstaltungen

Unser Team

- **18 Mitarbeitende** aus verschiedenen Fachdisziplinen wie spezialisierter Augenoptik, Sozialarbeit und dann mehrjährige sehbehindertenspezifische Weiterbildung.
- **14 Kursleitende**
- **30 Freiwillige Helferinnen und Helfer**

Filmvorführung

Zwischen Sehen und Nichtsehen

Ein Film über die verschiedenen Formen der Sehbehinderung (SZB)

Augenerkrankungen, die häufig im Alter auftreten

Das Sehen ist einem «normalen» Alterungsprozess unterworfen.

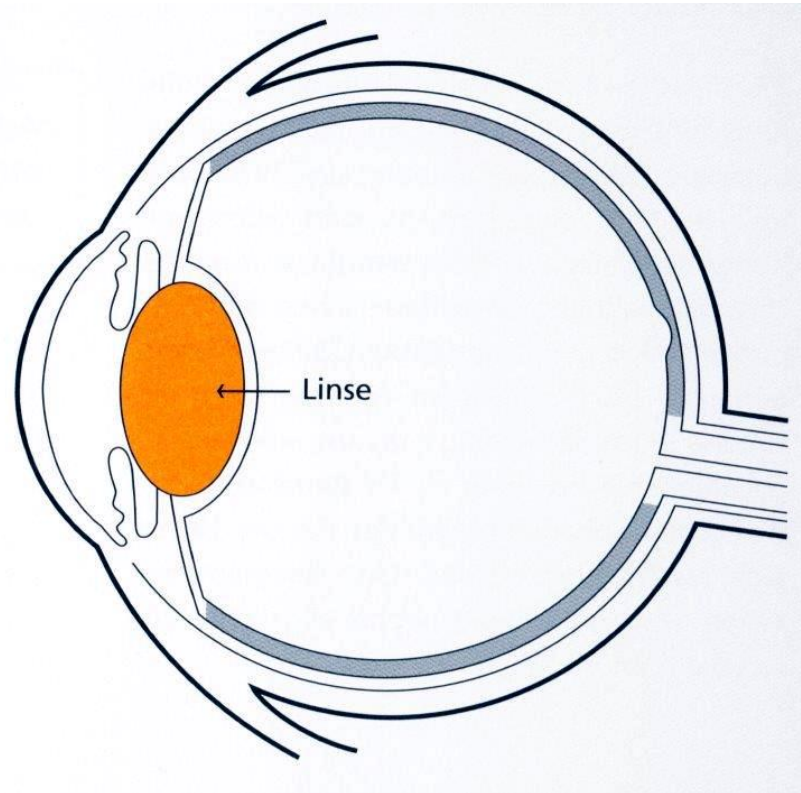
Krankhafte Veränderungen:

- Grauer Star (Katarakt)
- Altersbedingte Makuladegeneration:
trockene und feuchte Form
- Grüner Star (Glaukom)

• Grauer Star (Katarakt)

Funktionsstörungen

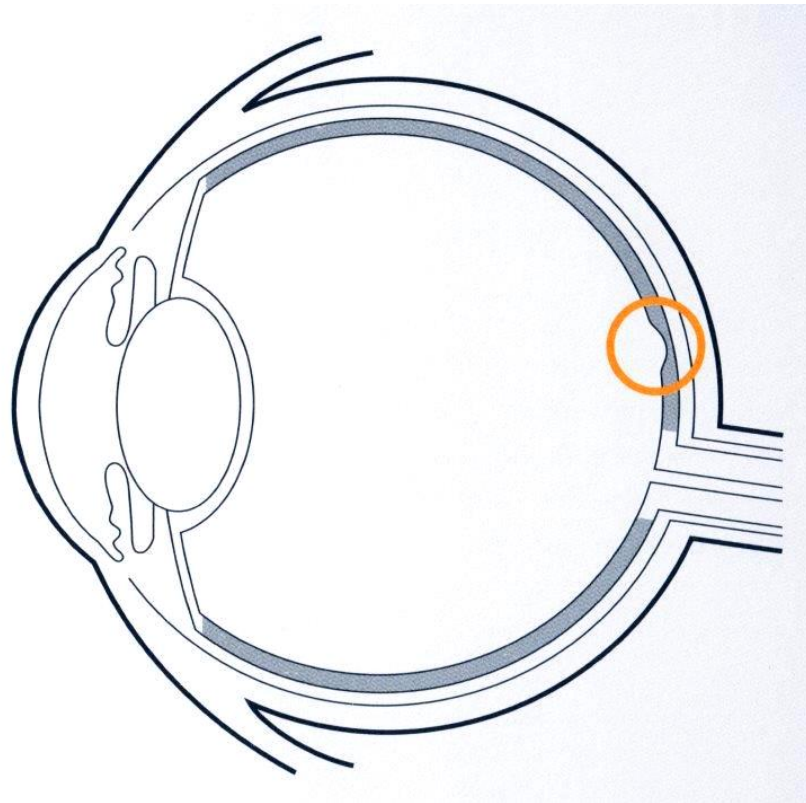
- Nebelsehen
- Verblasen der Farben (z.B. Essen erscheint weniger appetitlich)
- schwache Kontraste
- erhöhte Blendempfindlichkeit
- Abnahme der Sehschärfe



• Altersbedingte Makuladegeneration: trockene und feuchte Form

Funktionsstörungen

- scheibenförmiger Ausfall in der Mitte des Gesichtsfeldes
- Unvermögen, zu fixieren
- erschwertes Lesen
- Unvermögen, Gesichter und Personen zu erkennen

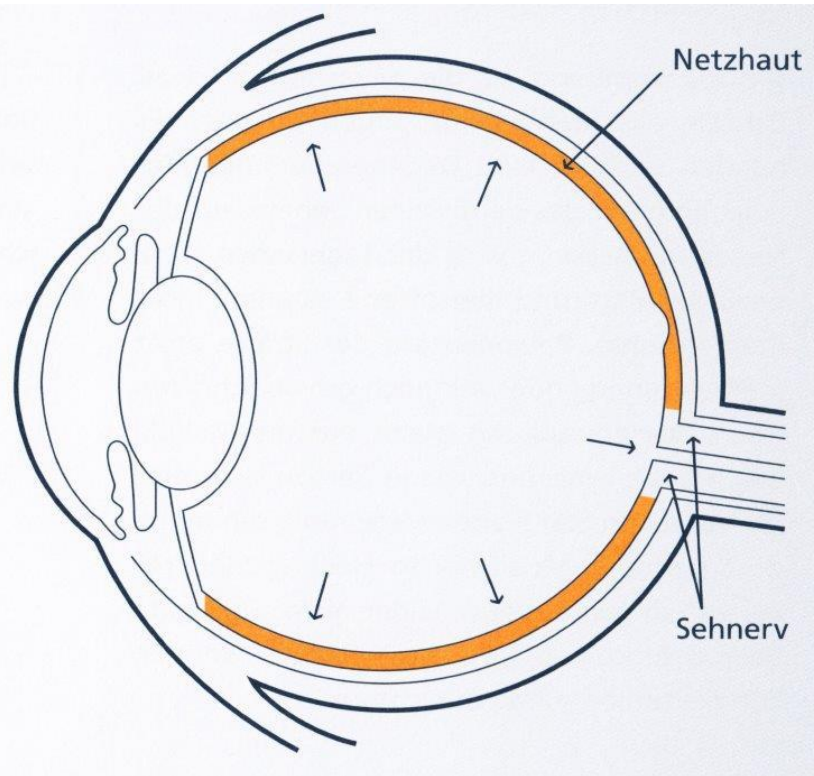


• Grüner Star (Glaukom)

Funktionsstörungen

- Nachtblindheit
- Gesichtsfeldeinengung «Röhrenblick»
- Erblindung

Keine Frühsymptome erkennbar!



Auswirkungen dieser Erkrankungen

- Verlust von Sehschärfe (verschwommen sehen)
- Ausfälle: Segmente / Teile werden nicht gesehen
- Das Gesichtsfeld ist eingeengt
- Das Farbsehen ist beeinträchtigt
- Erhöhte Blendempfindlichkeit ist vorhanden
- Die Umstellung von heller zu dunkler Umgebung ist verlangsamt (oder umgekehrt) = Anpassung an neue Lichtverhältnisse
- Das Kontrastsehen ist schlecht



Low Vision/Optische Beratung

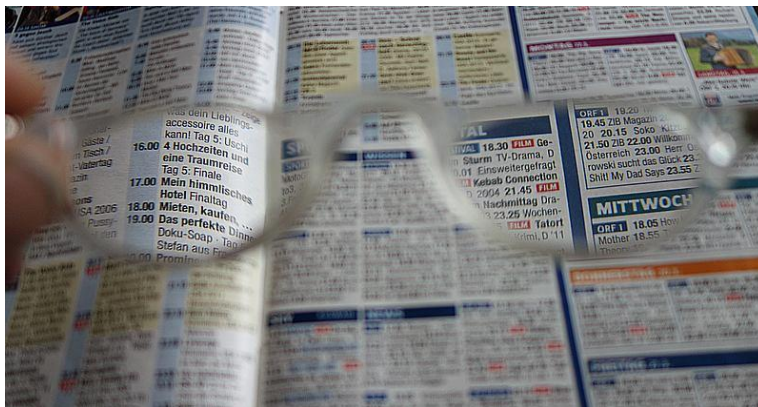
- Low Vision bedeutet: reduziertes Sehvermögen
- Die Beratung setzt dann ein, wenn gewohnte Brillen nicht mehr genügen
- Sehbehinderung ist keine Fehlsichtigkeit. Fehlsichtigkeit kann korrigiert werden, Sehbehinderung nicht
- Rehabilitationsfachmann/-fachfrau Low Vision kommuniziert zwischen Augenarzt/ärztin und Optiker/Optikerin

Die Low Vision Beratung umfasst

- Klärung des Sehvermögens durch unsere Fachpersonen
- Training und Nutzung des vorhandenen, visuellen Potentials
- Evaluation, Training und Abgabe von Sehhilfen wie Lupen, Lupenbrillen, mobile und stationäre Bildschirmlesegeräte, Blendschutzfilter und Leuchten
- Ermittlung von Kontrastwahrnehmung und Lichtbedarf
- Bestimmung von Filtergläsern

Welche Hilfsmittel gibt es zum Lesen?

- Lupenbrillen: der Vorteil ist ein grosses Blickfeld, der Nachteil ist das Nähernehmen des Textes



Welche Hilfsmittel gibt es zum Lesen?

- Lupen: gibt es als Hand- und Standvarianten mit oder ohne Beleuchtung. Je stärker eine Lupe sein muss, desto kleiner wird das Blickfeld



Welche Hilfsmittel gibt es zum Lesen?

- Leuchten: bessere Beleuchtung bedeutet oft besseres Lesen, da die Augen mit zunehmendem Alter mehr Licht benötigen. Gutes Licht ist blendfrei und gleichmässig.



Welche Hilfsmittel gibt es zum Lesen?

- Bildschirmlesegeräte: Sie vergrössern elektronisch, der Vorteil ist die Grösse und der Kontrast sind variabel einstellbar



Welche Hilfsmittel gibt es zum Lesen?

- Bildschirmlesegeräte: Sie vergrössern elektronisch, der Vorteil ist die Grösse und der Kontrast sind variabel einstellbar



Sozialberatung

- Unterstützung bei der **Bewältigung des Sehverlustes**.
- Information über **Angebote** für Sehbehinderte.
- Beratung und Unterstützung bei **finanziellen Schwierigkeiten**, bei **Fragen** des **Sozialversicherungsrechts** oder bei **beruflichen Fragen**.

Orientierung und Mobilität

- **Abklärung** geeignetes **Hilfsmittel: weissen Stock**
- **Gebrauchstraining** des weissen Stocks: Verkehr, Umwelt

Lebenspraktische Fähigkeiten

- Beratung und Unterstützung bei der **Alltagsbewältigung** wie Haushalt, Körper- und Kleiderpflege, Ordnungssysteme und Markierungen
- **Hilfsmittel** wie Grosstastentelefon, sprechende Uhren und weitere Hilfsmittel, die Sie später sehen werden

Informations- und Kommunikationstechnologien

- Beratung und Schulung bezüglich Einstellmöglichkeiten am Computer (Ansichtseinstellungen, Vergrößerung, Sprachausgabe)
- Schulung PC mit Vergrößerungs-/Sprachausgabe-Programm
- Schulung von Smartphone und Tablets wie iPhone und iPad mit Bedienungshilfen für Sehbehinderte/Blinde
- Hilfe beim Einkauf von Geräten
- Installation und Support, Fernwartung



Blindenschrift

- **Einzelunterricht** zum Erlernen der Blindenschrift

Ergotherapie

- **Domizilbehandlung** bei Sehbehinderung in Wechselwirkung mit anderen geriatrischen und neurologischen Krankheiten.
- **Verbesserung Selbständigkeit** und **Wohlbefinden**.
- Auf **ärztliche Verordnung**. Ist in der Grundversicherung.

Kurse und Veranstaltungen

- Breites Kursangebot das methodisch auf die **visuellen Einschränkungen** angepasst ist.
- **Kulturelle Veranstaltungen:** Konzerte, Schifffahrt für sehbehinderte, blinde Personen und Begleitung.

Sensibilisierungs-, Infoveranstaltungen

- Möglichkeit, sich mit dem Thema **Sehbehinderung** **auseinander zu setzen** und vertraut zu machen

Wann ist eine Beratung bei der Zürcher Sehhilfe angebracht

- Verbesserung Sehvermögen medizinisch nicht möglich
- Zeitung lesen trotz Brille nur noch knapp möglich
- Das Lesen strengt an, schnelles Ermüden
- Schwierigkeiten beim Schreiben, Computerarbeit
- Gesichter werden schlecht oder gar nicht erkannt
- Unangenehmes Blenden im Freien oder in Räumen
- Unsicherheit auf der Strasse, unterwegs

Wie ist der Anmeldeablauf?

- Vermittlung durch Augenarzt, andere Fachperson
- Anmeldung durch betroffene Person oder deren Angehörigen
- Benötigt wird ein **augenärztliches Zeugnis**, welches wir an Augenarzt zum Ausfüllen zuschicken können. (Bei Ergotherapie **ärztliche Verordnung**)
- Die **Anmeldung** erfolgt über unser Sekretariat

Erstes Beratungsgespräch Ablauf

- Abklärung und Beratung durch Low Vision Fachperson (Dauer ca. 1 – 1.5 Stunden)
- Informationsgespräch durch Sozialarbeiter/in
- Austesten von Hilfsmitteln zu Hause möglich
- Hilfsmittelausstellung und Verkauf von Hilfsmitteln
- Bei Bedarf, Einbezug vom Augenarzt, spezialisierten Augenoptikern oder weiteren Fachpersonen

Herzlichen Dank für Ihr Interesse und Ihre Aufmerksamkeit.

Wir hoffen, Ihnen einen guten Überblick gegeben zu haben und stehen Ihnen für

Fragen?

gerne zur Verfügung.