

AKOMODĀCIJAS VĀJUMS

Akomodācijas vājums ir nespēja ilgstoši nodrošināt nepieciešamo akomodācijas apjomu atbilstoši vecumam.

<i>Simptomi</i>	<i>Pazīmes</i>	<i>Cēlonis</i>	<i>Risinājums</i>	<i>RT efektivitāte</i>
<p><i>Daži vai visi simptomi var parādīties pēc ilgstošas redzes slodzes tuvumā:</i></p> <p>Miglaina redze tuvumā</p> <p>Galvas sāpes</p> <p>Acu sāpes</p> <p>Astenopiskas sūdzības</p> <p>Diplopija</p> <p>Lasītā teksta kustības</p> <p>Lasīšanas problēmas</p> <p>Izvairšanās no lasīšanas un citiem tuvuma darbiem</p> <p>Nogurums un miegainība</p> <p>Velkoša sajūta ap acīm</p>	<p>MEM > +0.75D, bet var būt normāla, ja ir atpūties</p> <p>↓ BAV un MAV ar „+” lēcām</p> <p>AA – N, bet var attālināties pēc slodzes</p> <p>AK/A - N</p> <p>↓ N NAR</p> <p>↓ PAR</p> <p>↓ miglošanās punkts PFV (BĀ) un NFV (BIE) tuvumā</p>	<p>Nekoriģēta hipermetropija, pat maza</p> <p>Nekoriģēts astigmātisms</p> <p>Pārmērīgi liela redzes slodze tuvumā</p> <p>Galvas trauma</p> <p>Saslimšanas (piem., iridociklīts, glaukoma, sklerīts)</p> <p>Vispārējas saslimšanas (piem., masalas, cūciņa, mazasinība, encefālīts)</p> <p>Farmakoloģisku preparātu (piem., miotiķu) blakusefekts</p>	<p>1. Brilles Ametropijas korekcija</p> <p>2. „+” lēcas tuvuma slodzes uzdevumos</p> <p>3. Redzes terapija a) mājas apstākļos veicama RT b) optometrista prakses vietā veicamā RT (1 stundu 1 reizi nedēļā 12 līdz 24 reizes, atkarīgs no pacienta vecuma un motivācijas)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lēcu fliperu vai brīvo lēcu maiņas metode • Piespiedu konverģences trenēšana • Broka stīga jeb bumbiņu virtene • Stereogrammu kartes • Fūziju rezervju trenēšanas kartes • Glābšanas riņķu kartes • Maināmās prizmas • Tranaglīfi un vektogrammas • Tāluma/tuvuma metode • Lēcu šūpoles • Lēcu izvēles kārtošana • Atvēruma lineāls <p>4. Redzes higiēna Īsas pēc iespējas biežākas pauzes, veicot tuvuma redzes slodzi (fiksēt skatienu uz tāluma mērķi 1-2 min ik pēc 20-30 min intensīvas redzes slodzes tuvumā).</p>	<p>Ļoti laba</p>

↓ – samazināts; ↑ – paaugstināts; N – norma; AA – akomodācijas amplitūda; AK/A – akomodatīvās konverģences attiecība pret akomodāciju – norma ir 4:1 (ar Gradianta metodi); BAV – binokulārās akomodācijas vieglums; MAV – akomodācijas vieglums monokulāri; NAR – negatīvās akomodācijas rezerves; PAR – pozitīvās akomodācijas rezerves; MEM – dinamiskās retinoskopijas metode; RT – redzes terapija; PFV – pozitīvās fūzijas rezerves (BĀ); NFV – negatīvās fūzijas rezerves (BIE)

Optometrista prakses vietā veicamā redzes terapija AKOMODĀCIJAS VĀJUMS

Redzes terapijas 1.posms

- Akomodācijas darbības līdzsvarošana
Lēcu izvēles kārtošana (monokulāri)
Lēcu fliperu vai brīvo lēcu maiņas metode (monokulāri). Sāk ar mīnus lēcām, bet pirmā posma beigu daļā pievieno arī plus lēcas
Tuvuma/tāluma metode (monokulāri)
- Attīstīt patvaļīgo konvergenci
Broka stīga jeb bumbiņu virtene
Piespiedu konverģences trenēšana
- Normalizēt PFV amplitūdu
Atvēruma Tranaglifi un vektogrammas (procedūra PFV trenēšanai)
Fūziju rezervju trenēšanas kartes (procedūra PFV trenēšanai)
Stereogrammu kartes (procedūra PFV trenēšanai)

Redzes terapijas 2.posms

- Akomodācijas darbības līdzsvarošana
Lēcu fliperu vai brīvo lēcu maiņas metode (monokulāri)
Normalizē akomodācijas amplitūdu, lieto gan plus, gan mīnus lēcas, pievienojot laika faktoru
- Palielināt NFV amplitūdu
Tranaglifi un vektogrammas (bāze uz iekšu)
- Normalizēt vergēnces vieglumu
Tranaglifi un vektogrammas
Stereogrammu kartes
Fūziju rezervju trenēšanas kartes
Glābšanas riņķu kartes
Maināmās prizmas

Redzes terapijas 3.posms

- Iekļaut binokulārās akomodācijas terapiju
Lēcu fliperu vai brīvo lēcu maiņas metode (binokulāri)
Tāluma/tuvuma metode (binokulāri)
Lēcu šūpoles (binokulāri)
Lēcu izvēles kārtošana (binokulāri)
- Attīstīt spēju diverģēt un konverģēt
Stereogrammu kartes
Fūziju rezervju trenēšanas kartes
Glābšanas riņķu kartes
Maināmās prizmas
Tranaglifi un vektogrammas

- Iekļaut vergēnces procedūras ar versijām un sakādēm
Broka stīga jeb bumbiņu virtene ar rotāciju
Stereogrammu kartes ar rotāciju un/vai laterālu kustību
Fūziju rezervju trenēšanas kartes ar rotāciju un/vai laterālu kustību
Glābšanas riņķu kartes ar rotāciju

Uzdevumus parasti uzsāk monokulāri, lai rezultātu neietekmētu fuzionālā vergēnce. Novēršot binokulāro fūziju, netiek iesaistīta konvergences darbība, ļaujot pilnībā attīstīt akomodācijas kontroli.

Pēc sarežģītības pakāpes pirmās izmanto metodes ar monokulāro akomodāciju fliperi (vai brīvajām lēcām). Bumbiņu virtene, tranaglīfi un perifērās vektogrammas, pieder pie pirmā līmeņa treniņiem sarežģītības ziņā, ja uzdevumos papildus iesaista vergēncu darbību. Nākošajā līmenī jau izmanto binokulāros fliperus un centrālus tranaglīfus. Vissarežģītākās metodes no akomodācijas viedokļa ir atvēruma mērķi kopā ar binokulāro lēcu fliperi. Ar šo metožu apvienojumu, panāk pilnīgu akomodācijas un vergēnces kontroli.