

AKOMODĀCIJAS EKSCĒSS

Akomodācijas ekscess (hiperakomodācija) ir redzes stāvoklis, kad akomodācijas atbilde ir pārmērīgi spēcīga noteiktam redzes stimulam un/vai nespēja akomodāciju atslābināt.

<i>Simptomi</i>	<i>Pazīmes</i>	<i>Cēloņi</i>	<i>Risinājumi</i>	<i>RT efektivitāte</i>
<p><i>Daži vai visi simptomi var parādīties pēc ilgstošas redzes slodzes tuvumā:</i></p> <p>Miglaina redze tālumā</p> <p>Apgrūtināta fokusācija, mainot skatu no tāluma uz tuvumu</p> <p>Galvas sāpes</p> <p>Astenopiskas sūdzības</p> <p>Palielināta gaismas jutība</p>	<p>MEM ≤ 0.50D</p> <p>↓ BAV un MAV (grūtības ar „+” lēcām)</p> <p>AA - N</p> <p>AK/A - N</p> <p>↓ NAR</p> <p>N/↑ PAR</p> <p>Pseudomiopija (visbiežāk līdz 1.00D liela)</p>	<p>Nekoriģēta hipermetropija</p> <p>Pārmērīgi liela redzes slodze tuvumā</p> <p>Emocionāls stress</p> <p>Konverģences ekscess</p> <p>Galvas trauma</p> <p>Saslimšanas (piem., uveīts, trīszaru nerva neiralģija, meningīts)</p> <p>Farmakoloģisku preparātu (piem., miotīķu) blakusefekts</p>	<p>1. Brilles Ametropijas korekcija ir primāra</p> <p>2. Redzes terapija (RT) a) mājas apstākļos veicama RT b) optometrista prakses vietā veicamā RT (pa 1 stundai 1 reizi nedēļā, cikls vismaz 10 reizes)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lēcu fliperu vai brīvo lēcu maiņas metode • Piespiedu konverģences trenēšana • Broka stīga jeb bumbiņu virtene • Stereogrammu kartes • Atvēruma lineāls • Fūziju rezervju kartes • Glābšanas riņķu kartes • Maināmās prizmas • Brīvās prizmas • Tranaglīfi un vektogrammas • Tāluma/tuvuma metode • Lēcu šūpoles • Lēcu izvēles kārtošana <p>3. „+” lēcas tuvuma redzes slodzes uzdevumos</p> <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>

↑ – paaugstināts; ↓ – samazināts; 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

Optometrista prakses vietā veicamā redzes terapija AKOMODĀCIJAS EKSCĒSS

Redzes terapijas akomodācijas treniņu metožu mērķis ir uzlabot akomodācijas amplitūdu un vieglumu. Uzdevumus parasti uzsāk monokulāri, lai rezultātu neietekmētu fūzionālā vergence. Novēršot binokulāro fūziju, netiek iesaistīta konverģences darbība, ļaujot pilnībā attīstīt akomodācijas kontroli.

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

Akomodācijas treniņu secība redzes terapijā:

1. Sasniedz apmierinošu akomodācijas amplitūdu monokulāri.
2. Stimulē akomodācijas amplitūdu monokulāri +/- 2.50D bez laika faktora. Sāk ar maza soļa stimula maiņu un pakāpeniski pāriet uz lielāku soļu un lēcienveida stimulu maiņu.
3. Sasniedz akomodācijas vieglumu monokulāri līdz 20 cikliem/minūtē.
4. Iegūst vienādu rezultātu abām acīm.
5. Uzsāk binokulāro akomodācijas treniņu pēc 1-3 punkta shēmas.
6. Binokulārajiem treniņiem pievieno vergenču uzdevumus – fūzionālo vergenču BIE un BĀ treniņi.

Redzes terapijas 1. posms

- akomodācijas darbības līdzsvarošana

Lēcu izvēles kārtošana
Tuvuma/tāluma metode

- NFV amplitūdas normalizēšana tuvumā (bāze uz iekšu)

Broka stīga jeb bumbiņu virtene
Fūziju rezervju trenēšanas kartes

- Normalizēt akomodācijas amplitūdu un vieglumu (monokulāri)

Lēcu fliperu vai brīvo lēcu maiņas metode
Tuvuma/tāluma metode

- Normalizēt akomodācijas amplitūdu un vieglumu (binokulāri)

Kad monokulārie treniņi uzskatāmi par pabeigtiem un abās acīs iegūtie rezultāti ir vienādi, atkārti 1-3 punktu binokulāros apstākļos.

Lēcu fliperu vai brīvo lēcu maiņas metode
Tuvuma/tāluma metode

Redzes terapijas 2. posms

- Palielināt PFV amplitūdu

Broka stīga jeb bumbiņu virtene
Atvēruma lineāls

**Stereogrammu kartes
Fūziju rezervju trenēšanas kartes
Glābšanas riņķu kartes
Maināmās prizmas
Tranaglifi un vektogrammas**

- Normalizē PFV un NFVviegumu
**Broka stīga jeb bumbiņu virtene
Brīvās prizmas**
- Nostiprināt NFV amplitūdu vidējās distancēs un tūlumā