

TRÆNET ØJE GØR FORSKELLEN



Der er ikke tale om et mirakel, men det er tæt på - i hvert fald for dem, der tager imod tilbuddet om at arbejde med at forbedre deres syn. Et tilbud og en opgave, som Thiele Skovs Optik i Viborg ser mange muligheder i.

Af Anne Bente Volf / Foto af Erling Jørgensen

"Før hen var jeg ikke særlig glad for at spille bold i idræt, da jeg havde svært ved, at gribe en bold på grund af mit dobbeltsyn..."

"Hvis ikke du havde hjulpet mig, havde jeg aldrig påbegyndt en gymnasial uddannelse. Nu er den overstået og jeg søger ind på tandlægehøjskolen..."

Sådan lyder et af de mange takkebrev, som kunder hos Thiele Skovs Optik har udformet. Umiddelbart er det de færreste, der tænker over at også øjet har godt af træning, men hos Skovs Optik, oplever man den enorme effekt, træning af øjets seks ydre muskler kan have.

- Det er ens øjne og dermed ens syn, der bestemmer over resten af kroppen, lyder det fra optiker Mogens Skov Hansen.

- Derfor er det mere vigtigt end man lige tænker over. Det er jo egentlig noget, vi alle tager for givet - dét at kunne se. Men hvis man ikke træner øjeæblet og de muskler, der sidder bag dette, kan det betyde problemer for den enkelte. Dette kan føre til svimmelhed, utilpashed, ustabil balance, dårlige læseegenskaber, manglende koncentration, hovedpine og køresyge.



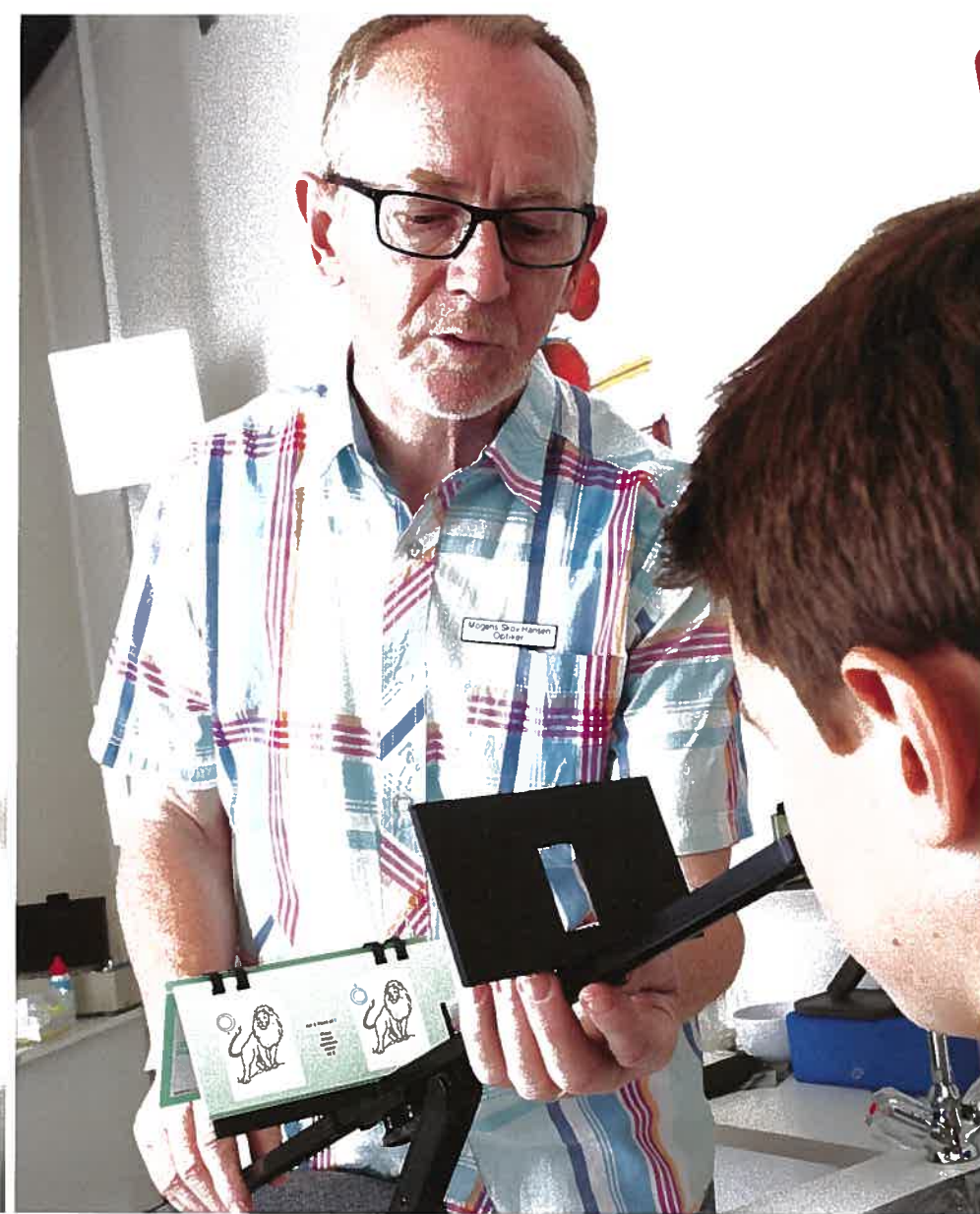
- Alt dette kan der arbejdes med, forklarer Mogens Skov Hansen.

"Train Your Eyes" hedder programmet.

- Når en kunde kommer ind i butikken og beskriver disse symptomer, så tager jeg en snak med kunden om hvordan, han eller hun oplever det. Hvilke begrænsninger det giver i hverdagen, og hvilke udfordringer man møder. Derefter følger en lille test for at jeg kan se, hvordan øjnene samarbejder.

- Jo før dette påbegyndes, jo bedre. Børn, som døjer med koncentrationsbesvær i skolen og som læser langsomt, kan have stor glæde af at gennemgå en sådan undersøgelse. Det er fuldstændigt smertefrit, understreger Mogens.

- Faktisk mener jeg, at alle børn i løbet af de første klassetrin, burde få dette tilbud. Det vil kunne hjælpe dem, som døjer med dette - ofte helt uden at vide det. Mange har



problemer i skolen, grundet deres syn. De er plaget af de gener, det giver, ikke at kunne læse og koncentrere sig i længere tid af gangen. Senere i løbet af skoletiden kommer en specialundervisning måske på tale, og hvis man i virkeligheden kunne have forhindret, at det var nødvendigt blot ved, at undersøge barnets syn og muskulatur omkring øjet, ville dette have enorm betydning for det enkelte barn, fortæller Mogens.

Alle kan være med

Nutidens visuelle verden med fjernsyn og computere stiller stadig større krav til synet, og flere og flere mennesker beskæftiger sig med skærmarbejde i hverdagen. De store belastninger på synet resulterer for nogle i en ond cirkel, hvor man ved at anstrenge øjnene ved nærarbejde, forværrer synet og

dermed må anstrenge sine øjne yderligere. Øjnene kan imidlertid trænes op til at blive bedre til at samarbejde. Undersøgelser har vist, at synstræningens effekt i de fleste tilfælde er, at samsynet bliver normalt, og at effekten er vedvarende. Behandlingen virker hurtigt og kraftigt. Sådan skriver programmet på deres hjemmeside.

- Hos os tager vi fat i øvelser, hvor alle kan være med, fortæller Mogens Skov Hansen.

- Men for at det skal have den effekt, som er muligt at få, er træning alt afgørende. Man møder op her i butikken én gang ugentlig, og man skal forvente, at få hjemmeopgaver for. Hvis ikke man træner hjemme i to gange 15 minutter dagligt, mærker man ikke den effekt, som er mulig. Men overholder man sin træning, bliver flertallet meget positivt overrasket, understreger han.



- Hvis der er tale om et barn, er det vigtigt, at en af forældrene tager del i træningen og møder op i butikken, så man forstår øvelserne, og dermed kan hjælpe barnet der hjemme.

Øvelserne består blandt andet i at kunne holde balancen på en bom, mens man har fokus på en bold, som hænger ned fra loftet. En anden øvelse handler om, at man ligger på gulvet og følger bolden, mens den kører i cirkler rundt i luften - hængende fra loftet. 9-årige William er model for fotografen, så man kan se, hvordan opgaverne udføres.

*ikke særlig glad for at spille
jeg havde svært ved, at gribe
nd af mit dobbeltsyn...*

Se verdenen gennem linser

sker på tavlen, eller får hovedpine af at koncentrere sig for længe i bøgerne. Det kan betyde en verden til forskel, at få tjekket sit barns syn, mener Torben.

- Brillen er ofte en hindring i fysisk aktivitet for børn. Det er ikke nemt, at deltage i leg eller i idræt, hvis man bruger briller. Derfor er der kontaktlinser, som er særligt udviklet til børn. Desuden kan linser hjælpe barnet til et bedre syn. Jeg har haft en pige på 5½ år i butikken, som, da hun kom ind kun havde 30 procent syn på det ene øje. I løbet af 15 måneder målte vi det til 100 procent. Hun havde trænet sit øje op, og ved hjælp af linser og gentagende undersøgelser, havde hun øget sit syn med 70 procent. Det er det, der gør mit arbejde helt unikt, siger Torben.

Alle kan få linser. Det kan gavne alle. Børn under ti år skal dog henvises fra øjenlægen.

- Det kræver en god hygiejne at bære linser, og det skal man være gammel nok til at forstå, lyder det fra Torben.

Noget andet, der kan spille ind på ens syn,

udkommer igen i november 2011:

MAGASINET
X-KLUSIV

FERMATEN

Smallegade 4 • 7400 Herning • www.fermaten.dk

» Lordag den 07. september kl. 12.00
Frokostkoncert med

Charlotte Fich & Band

[Kendt fra DR's Rejseholdet]

» Fredag den 13. september kl. 21.00

Dodo & The Dodo's

» Tirsdag den 17. september kl. 20.00
Comedy Zoo On Tour

**Carsten Bang
Christan Fuhlendorff & Geo**

» Fredag den 20. september kl. 21.00

Shaka Loveless

[Rap // Reggae // R'n'B // Dancehall]

» Tirsdag den 24. september kl. 20.00

Teitur [FO] med band

» Fredag den 04. oktober kl. 21.00

Ulige Numre

[Dansksproget indie rock]

» Fredag den 11. oktober kl. 21.00

NOAH

[Pop]

» Torsdag den 24. oktober kl. 20.00

Maceo Parken