



DEUTSCHE WACHKOMA GESELLSCHAFT

04/23 Dezember

WACHKOMA UND DANACH

Offizielles Organ des Bundesverbandes Schädel-Hirnpatienten in Not e.V.



Treffen unserer Wiedererwachten 2023
Unsere fröhlich gestimmte Ausflugsrunde
im Museumsdorf des Bezirkes Oberpfalz



33 Jahre
Schädel-Hirnpatienten
in Not e.V.

Erstellt mit Scanner Pro

Ganzheitliches Sehtraining und Visualtherapie im Neuro-Reha-Bereich

Ein Porträt von Elisabeth Schmid, Augenschule in Bad Tölz

Wissenswertes über mich:

Als Sehtherapeutin habe ich meinen zweiten Traumberuf gefunden. Mein erster Beruf als IT-Systemadministrator war mit extrem viel Bildschirmarbeit verbunden.

Da ich seit früher Kindheit an progressiver Myopie (fortschreitender Kurzsichtigkeit) leide, war diese Tätigkeit für mich nicht förderlich. Durch zunehmende Netzhautprobleme konnte ich meinen Beruf nicht mehr ausüben und habe nach einer Alternative gesucht, die auch meiner Augengesundheit zugutekommt. Diese habe ich als ganzheitliche Sehtrainerin gefunden.

Meine Arbeit als Sehtrainerin und Sehtherapeutin:

Seit 2014 betreibe ich meine AUGENSCHULE | ELISABETH SCHMID in Bad Tölz. Ich veranstalte Seminare und Workshops in Firmen, Behörden Kliniken und für Selbsthilfegruppen.

Außerdem arbeite ich mit Sehbehinderten Vereinen zusammen und habe dafür spezielle Workshops entwickelt.

Zusätzlich bin ich seit fast 7 Jahren in einer Reha-Klinik in Bad Tölz angestellt. Dort trainiere ich mit neurologischen Patienten, die durch Krankheiten, nach Unfällen, Schlaganfällen, Operationen, MS- und Parkinsonerkrankungen, Probleme mit dem visuellen System haben. Das Ganzheitliche Sehtraining beinhaltet nicht nur Übungen für die verschiedenen physischen Strukturen im Auge, sondern auch visuelles Hirnleistungstraining.

Auch das Thema Augengesundheit, Stoffwechsel und Ernährung sind wichtig. Durch Fortbildungen, Selbstversuche und die Arbeit in der Klinik konnte ich die gängigen Sehtrainingsübungen weiterentwickeln und eigene Strategien und Methoden aufbauen.

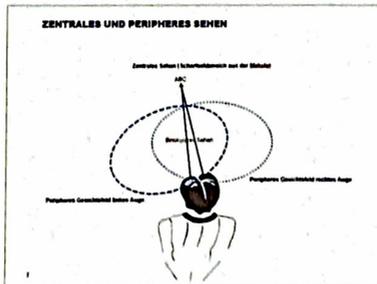
Sehtraining für neurologische Patienten:

Die Übung mit der Perlenschnur

Ich habe viele Patienten, die z. B. nach einem Schädeltrauma oder Schlaganfall unter einem eingeschränkten Gesichtsfeld oder Doppelbildern leiden. Diese Übung kann bei beiden Einschränkungen genutzt werden.

Das Gesichtsfeld beider Augen kann damit getestet und trainiert werden, da die Schnur an der Nasenspitze gehalten, in den Gesichtsfeldern beider Augen erfasst wird. Sieht man nur 1 Schnur oder Teile davon, deutet dies auf ein eingeschränktes Gesichtsfeld hin.

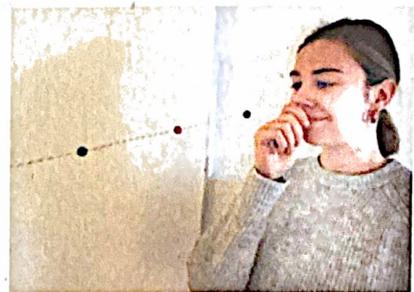
Bei Doppelbildern kann die Ausrichtung des Augapfels und damit auch der Schnittpunkt des zentralen Sehens geübt werden. Die Ausrichtung des fehlgestellten Auges über die äußeren Augenmuskeln wird trainiert. Es wird versucht das Auge mittig zu stabilisieren und damit wieder einen exakten Schnittpunkt der beiden zentralen Sehbereiche zu erhalten.



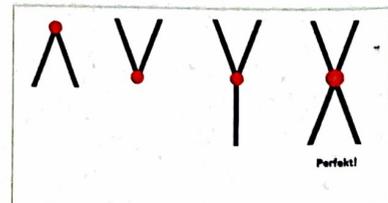
Üben mit der Perlenschnur

Übung für dreidimensionales, zentrales und peripheres Sehen, Gehirn wird aktiviert (Für Kurz- oder Weitsichtige und Menschen die schielen ist es oft schwierig ein dreidimensionales Bild zusammenzufügen.)

- Nehmen Sie eine Schnur, ca. 1 Meter oder länger und fädeln 3 oder 5 Perlen mit unterschiedlichen Farben auf
- Befestigen Sie die Schnur auf Augenhöhe und halten das andere Ende an Ihre Nasenspitze. Es kann auch eine zweite Person die Schnur halten.



- Stellen Sie die 1. Perle so ein, dass sie gerade noch scharf zu erkennen ist. Die 2. Perle schieben Sie in die Mitte und die 3. Perle ans Ende der Schnur, usw.
- Fokussieren Sie mit beiden Augen die Perle, die in der Mitte der Schnur ist. Wenn die beiden Schnüre, die Sie jetzt sehen sollten, bei der fokussierten Perle wie ein X erscheinen arbeiten Ihre Augen und Ihr Gehirn wunderbar zusammen
- Probieren Sie das auch mit den anderen Perlen aus. Bei der jeweils fokussierten Perle, sollte die Schnur wie ein X erscheinen
- Alle anderen Perlen auf der Schnur sehen Sie zwei Mal, also in den Gesichtsfeldern der beiden Augen
- Wenn Teile der Schnur verschwinden, bedeutet dies, dass vermutlich Ihr Gesichtsfeld nicht richtig funktioniert ■



Ihre Elisabeth Schmid

AUGENSCHULE | ELISABETH SCHMID

Freiherr-vom-Stein-Str. 24 | 83646 Bad Tölz

Tel. 0151 17295753

E-Mail: e.schm@t-online.de

Homepage: www.augenschule-schmid.de