

SYNSPROBLEMER ETTER HJERNESLAG

TEKST: HELLE K. FALKENBERG, NASJONALT SENTER FOR OPTIKK, SYN OG ØYEHELSE, TORGEIR S. MATHISEN, INSTITUTT FOR OPTOMETRI, RADIOGRAFI OG LYSDESIGN
HEIDI ORMSTAD & GRETHE EILERTSEN, USN ELDERFORSK, INSTITUTT FOR SYKEPLEIE- OG HELSEVITENSKAP, UNIVERSITETET I SØR-ØST NORGE

Synsproblemer er vanlig etter hjerneslag, men blir ofte oversett. Mange opplever for dårlig kartlegging og oppfølging av synet etter hjerneslag. Her er hovedfunn fra en norsk studie utført ved Universitetet i Sørøst-Norge, som er publisert i BMC Health Services Research.

Hjerneslag er den vanligste årsaken til ervervet funksjonshemming i Norge. Etter hjerneslag opplever omtrent 65 % synsproblemer. Bare i Norge betyr det at hvert år må omtrent 7.800 lære seg å leve med endringer i synet og hvordan dette påvirker hverdagen. Til tross for dette blir synsproblemer ofte oversett fordi synet ikke undersøkes godt nok. I tillegg kan det være vanskelig for den slagrammede å relatere problemene til endring i synsfunksjon. De vanligste synsproblemene er redusert evne til å se klart, tap av deler av sidesynet, dobbeltsyn eller oppmerksomhetsproblemer som neglekt. Synsproblemer gjør hverdagen utfordrende. Det kan bli vanskelig å lese, spise uten å søle eller kommunisere, og det øker risikoen for fallulykker, depresjon, redusert selvstendighet og evne til å utføre meningsfulle aktiviteter. Et uoppdaget synsproblem fører til dårligere resultat av behandling, rehabilitering og livskvalitet. Likevel er ikke fullstendig synsutredning en del av det nasjonale tilbudet etter et hjerneslag. Og mens systematisk trening av motorikk, språkforståelse og tale er godt innarbeidet i rehabiliteringen etter hjerneslag, er synsrehabilitering et forsømt område. Målet med denne studien var å få kunnskap fra slagrammede selv om hvordan de opplevde fokus på syn og synsproblemer på sykehuset og etter

utskrivelse. Vi spurte også om hvordan synsproblemene påvirket hverdagen etter ca. tre måneder. Studien var en del av et større prosjekt hvor to slagenheter skulle få mer kunnskap og opplæring i å kartlegge synet og inkludere dette i sine rutiner.

det vanskelig og slitsomt å tilpasse seg endringer i hverdagslivet. Flere måtte slutte å kjøre bil som følge av synsproblemene og andre fikk problemer med balanse og koordinasjon. Særlig fikk det konsekvenser for viktige aktiviteter som lesing, holde seg oppdatert via digitale medier og bruke nettbank.

«Det burde jo være like viktig å få sjekket opp synet ditt som om armen din fungerer eller ikke!»

Ti personer ble intervjuet i et personlig intervju tre måneder etter hjerneslaget (for detaljer se Falkenberg et al., 2020). Hovedtema fra studien var at synsproblemer etter hjerneslag var «usynlige». Dette inkluderte både hvordan deltakerne beskrev at synsproblemene var et ukjent og vanskelig symptom på hjerneslag, og at de opplevde manglen de oppmerksomhet på synsproblemer i helsetjenesten. De erfarte manglende tilbud om oppfølging og synsrehabilitering, og usikkerhet om fremtiden. Flere opplevde at selv om de ble bedre av andre utfall etter slaget, som lammelser og språk, var synsproblemene vedvarende, og ble det som hindret dem i å leve livet slik som før hjerneslaget. De beskrev at synsproblemene gjorde

«Jeg kommer til å si opp avisen, for jeg sliter veldig med å – før så jeg begge sidene i avisen, men nå må jeg liksom sånn for å lese [fører fingeren bortover]. Slitsomt! Jo, det er veldig slitsomt. Og å sitte og se på TV, det er slitsomt!» Sitat deltager.

Mangelen på anerkjennelse, informasjon og systematisk synsrehabilitering førte til følelser av å ikke støttes i de utfordringene de opplevde. Deltagerne sammenliknet synsproblemene med mer synlige utfall som lammelser i arm eller ben og følte at synsproblemene ikke ble tatt på alvor. Som om de var «heldige» som bare hadde fått problemer med synet og ikke hadde problemer med å gå eller snakke.



«Nei da, jeg tror det her går bra, jeg. Jeg håper jeg kan bli så bra at jeg kan kjøre bil igjen, men samtidig så må jeg jo ... innse at jeg kanskje... må klare meg uten det førerkortet og, da.»

Subkategorier	Kategorier	Tema
Opplevelse av plutselige synsproblemer - ubehagelig men ikke skremmende	Synsproblemer oppleves som et vanskelig og ukjent symptom på hjerneslag	Usynlige synsproblemer
Problemer med å relatere synsproblemer til symptom på hjerneslag		
«Det er bare ikke på de listene deres» - en opplevelse av mangel på fokus på syn i slagenhetene	Opplevelse av mangelfull synsutredning og synsoppfølging i helsetjenestene	
Bekymring over mangel på tilbud om synsrehabilitering		
Vanskelig og slitsomt å tilpasse seg endringer i hverdagslivet	Synsproblemer - stor betydning nå og i framtiden	
Livet går videre, men uten førerkort		
Å bli fortalt at ingen ting kunne gjøres for synet - akseptert, men ikke overbevist		

KONKLUSJON:

Synsproblemer synes i stor utstrekning å være ukjente symptomer på hjerneslag både hos personene selv og helsepersonell, og kan være vanskelig å oppdage uten en strukturert kartlegging. Deltagerne i studien sa at synsproblemene påvirker hverdagen betydelig og det blir fremhevet som en hovedårsak som hindret dem i å leve livet som før. Synsproblemer, oppfølging og synsrehabilitering trenger mer oppmerksomhet gjennom alle faser av

helsetjenester for hjerneslag. Vår studie viser at det er behov for større bevissthet om synsproblemer som første symptom på hjerneslag, og vi foreslår at «SE» bør inkluderes i kampanjer for hjerneslag. Videre viser studien at det er behov for økt kompetanse, standardiserte kunnskapsbaserte kliniske behandlingsforløp for synsproblemer og tverrfaglig synsrehabilitering etter hjerneslag. Det er spesielt viktig å sørge for å fange opp synsproblemer som kan bedres gjennom rehabilitering. Gjen-

nom rehabiliteringen bør det sørges for riktige briller, god informasjon og tilpasset opplæring av kompenserende teknikker. Dette kan bidra til et bedre liv med de usynlige synsproblemene.

HVA BETYR FUNNENE/KLINISK RELEVANS?

- Plutselig endring i synet, som dobbeltsyn eller at synet er forsvunnet i deler av synsfeltet, kan være tegn på hjerneslag. Ta kontakt med helsepersonell (ring 113).

- Over halvparten får synsproblemer etter hjerneslag, men de kan være vanskelig å oppdage uten en strukturert kartlegging.
- Personer med påvist synsproblem må henvises til synsfaglige for videre utredning/tverrfaglig synsrehabilitering.
- Synsproblemer er slitsomt å leve med, men kan bedres ved relativt enkle løsninger f.eks. riktig brille og god informasjon om bruk av synet, i tillegg til mer omfattende synsrehabilitering.
- Det er behov for økt kompetanse, oppmerksomhet og tverrfaglig synsrehabilitering etter hjerneslag i helsetjenestene. ●

«Jeg spurte og spurte: Hva skjer med meg nå videre? ”Nei, vi har ikke noe mer opplegg ...”
De på sykehuset sier at det er kommunalt ansvar med videre oppfølging. Medisinering og sånt noe, det var greit. Men trening av syn, der hadde de ikke noen tilbud.»

REFERANSE:

Falkenberg, H. K., Mathisen, T. S., Ormstad, H. & Eilertsen, G. "Invisible" visual impairments. A qualitative study of stroke survivors' experience of vision symptoms, health services and impact of visual impairments. BMC health services research 20, 302, doi:10.1186/s12913-020-05176-8 (2020). Nasjonalt senter for optikk, syn og øyehelse, Institutt for optometri, radiografi og lysdesign; 2USN Eldreforsk, Institutt for sykepleie- og helsevitenskap; Universitetet i Sør-Øst Norge.

VISUSMÅLING OG HYPERMETROPE BARN

TEKST: GRO HORGEN VIKESDAL FOTO: STUDIO S KONGSBERG

Kommentar og korrigerings til intervju publisert i Optikeren 2/21



Gro Horgen Vikesdal

I intervjuet blir jeg spurt om hva man bør tenke på ved undersøkelse av barn, og jeg trakk frem viktigheten av nøyaktige visusmålinger. Jeg vil gjerne utdype

dette litt. Det å måle opp riktig avstand og å velge riktig tavle er vesentlig for å få et nøyaktig mål. logMAR tavler og notasjon blir stadig mer utbredt fordi det stilles likt krav til å identifisere de fem bokstavene på alle linjene, og man får en verdi som endrer seg per bokstav. logMAR bør derfor brukes når man undersøker visus hos barn.

I intervjuet står det at det er en reell forbedring av visus hvis barnet ser to bokstaver mer enn sist, men de fleste studier sier at test-retest forskjellen ligger på rundt en linje for logMAR tavler (1-3). Det betyr at vi må måle mer enn en linje bedre for at vi skal være sikre på at det er en reell endring i visus.

Visus er et godt og viktig mål, men er dessverre ikke så godt egnet for å avdekke hypermetropi. Tall fra skolesynstesting gjennom flere år på Kongsberg viser at hypermetropi er et større

problem enn myopi i Norge (4). Det er derfor vesentlig at optikere benytter seg av cycloplegi når de undersøker barn. ●

REFERANSER:

1. Anstice NS, Thompson B. The measurement of visual acuity in children: an evidence-based update. Clin Exp Optom. 2014 Jan;97(1):3-11. doi: 10.1111/cxo.12086. Epub 2013 Jul 31. PMID: 23902575.
2. McGraw PV, Winn B, Gray LS, Elliott DB. Improving the reliability of visual acuity measures in young children. Ophthalmic Physiol Opt. 2000 May;20(3):173-84. PMID: 10897339.
3. Rosser DA, Cousens SM, Murdoch IE, Fitzke FW, Laidlaw DAH; How Sensitive to Clinical Change are ETDRS logMAR Visual Acuity Measurements?. Invest. Ophthalmol. Vis. Sci. 2003;44(8):3278-3281. doi: https://doi.org/10.1167/iops.02-1100
4. Falkenberg HK, Langaas T, Svarverud E. Vision status of children aged 7-15 years referred from school vision screening in Norway during 2003-2013: a retrospective study. BMC Ophthalmol. 2019 Aug 13;19(1):180. doi: 10.1186/s12886-019-1178-y. PMID: 31409305; PMCID: PMC6693216.