



**Gunnar Haugsveen**  
Generalsekretær Norges Blindeforbund

## Ta vare på synet!

Norges Blindeforbund er opptatt av rehabilitering av synshemmede, men like mye av å forebygge synstap. Derfor starter vi nå en informasjonskampanje om øyehelse, rettet mot landets 70-åringere. Kunnskapen om øyehelse er dårlig. Fem av seks nordmenn kjenner ikke ett eneste symptom på øyesykdommer. Men hver tiende person over 70 år er praktisk blind av aldersrelatert maculadegenerasjon.

– Da det så ut som om naboen la kledningen på huset skjevt, skjønte jeg at det var noe galt med synet mitt. Det fortalte Lasse Kolstad, etter at han fikk påvist øyesykdommen aldersrelatert maculadegenerasjon (AMD). Nærmere 30 000 nordmenn i alderen 60–80 år er praktisk blinde av denne netthinnesykdommen som rammer skarpsynet.

Det er vel få sykdommer som er så dramatiske – uten å være livstruende – som øyesykdommer. For den som mister synet, blir livet snudd på hodet. Dagligdagse gjøremål som det å kjøre bil, lese avisen og gå tur blir vanskelig, om ikke umulig. Mange må slutte å jobbe. Reaksjonen er ofte isolasjon og depresjon.

130 000 nordmenn er synshemmet. De dramatiske historiene om synstap er ofte opprørende. Mange kunne ha reddet synet, hvis de hadde fått hjelp i tide. Kanskje nettopp fordi øyesykdommer ikke er livs-

truende, blir de ikke alltid tatt alvorlig av helsevesenet og behandlet tidsnok. For sykdommen aldersrelatert maculadegenerasjon kan én måneds ventetid være *for* mye – synet kan være tapt for alltid.

Kunnskap om øyehelse må bli bedre. Fem av seks kjenner faktisk ikke ett eneste symptom på øyesykdom. Jeg vet at det mulig å leve et fullverdig liv, selv uten syn. Men jeg vet også at det er en stor utfordring for en godt voksen person å miste synet. Livskvaliteten blir forringet når du ikke lenger kan se på TV, lese dine egne brev eller koke kaffen selv. En som mister synet, kan lære seg å mestre hverdagen på nytt. Men det er bedre å forebygge synstap enn å rehabilitere en synsskadet.

De aller fleste legekantorene er utstyrt med en synstavle. Pasienten leser opp bokstav for bokstav på seks meters avstand. Mange leger glemmer at synstavlen er viktig. Mellom blodtrykk og kolesterol forsvinner synet som en del av undersøkelsen. Er det slik at fastlegen spør om synet når helsetilstanden skal kartlegges? Ikke alltid, viser vår erfaring.

Amslers rutenett er et annet nyttig og billig hjelpemiddel for fastlegen. Rutenettet, bestående av 0,5 × 0,5 centimeters ruter kan være til hjelp ved diagnostiseringen av aldersrelatert maculadegenerasjon. For noen år siden sendte Norges Blindeforbund ut dette rutenettet til våre støttepillere. Mange fikk en vond overraskelse da de sjekket synet, øye for øye, mot rutenettet.

I oktober sender altså Norges Blindefor-

bund ut informasjon om øyehelse til 70-åringene. I informasjonspakken ligger en brosjyre med bl.a. omtale av de vanligste øyesykdommene samt Amslers rutenett. Den vil også inneholde en verdikupong på gratis synsveiledning hos optiker. Samtidig åpner vi en synstelefon, slik at de som trenger noen å snakke med om syn, har et sted å henvende seg. Telefonen bemannes med synsfaglig kompetanse fra Norges Blindeforbunds eget rehabiliteringsapparat. På [www.blindeforbundet.no](http://www.blindeforbundet.no) vil man finne ytterligere informasjon om øyehelsekampanjen.

Men bli ikke forbauset om det sitter en og annen 70-åring på venteværelset med spørsmål om synet, etter å ha mottatt denne informasjonen. Det Norges Blindeforbund ønsker når folk kommer til legen sin, er at synet skal bli tatt på alvor. Vi oppfordrer legene til å sjekke synet til pasientene eller henvise videre, samt å være oppdatert på behandlingsmetoder. Vi vil at denne aldersgruppen skal kjenne til de vanligste symptomene på øyesykdommer, og at de som trenger det skal få vite om Norges Blindeforbunds tilbud.

Norges Blindeforbund vil ha færrest mulig medlemmer. Kunnskap om hvordan øyesykdommer opptrer, jevnlig synstester og det å komme raskt til behandling når det trengs, er veien til dette målet!

*Gunnar Haugsveen*

### I neste nummer:

- Steroider i nyfødtdmedisin
- Språk og cochleaimplantat
- Register for tykktarmskreft
- Obduksjon
- Felleskonsultasjon i psykiatri
- Prevensjonsbruk