



Grundlagenkurs

# Sehen im Alter

Veränderungen

Folgen

Massnahmen

Zürich: KSIA 2019

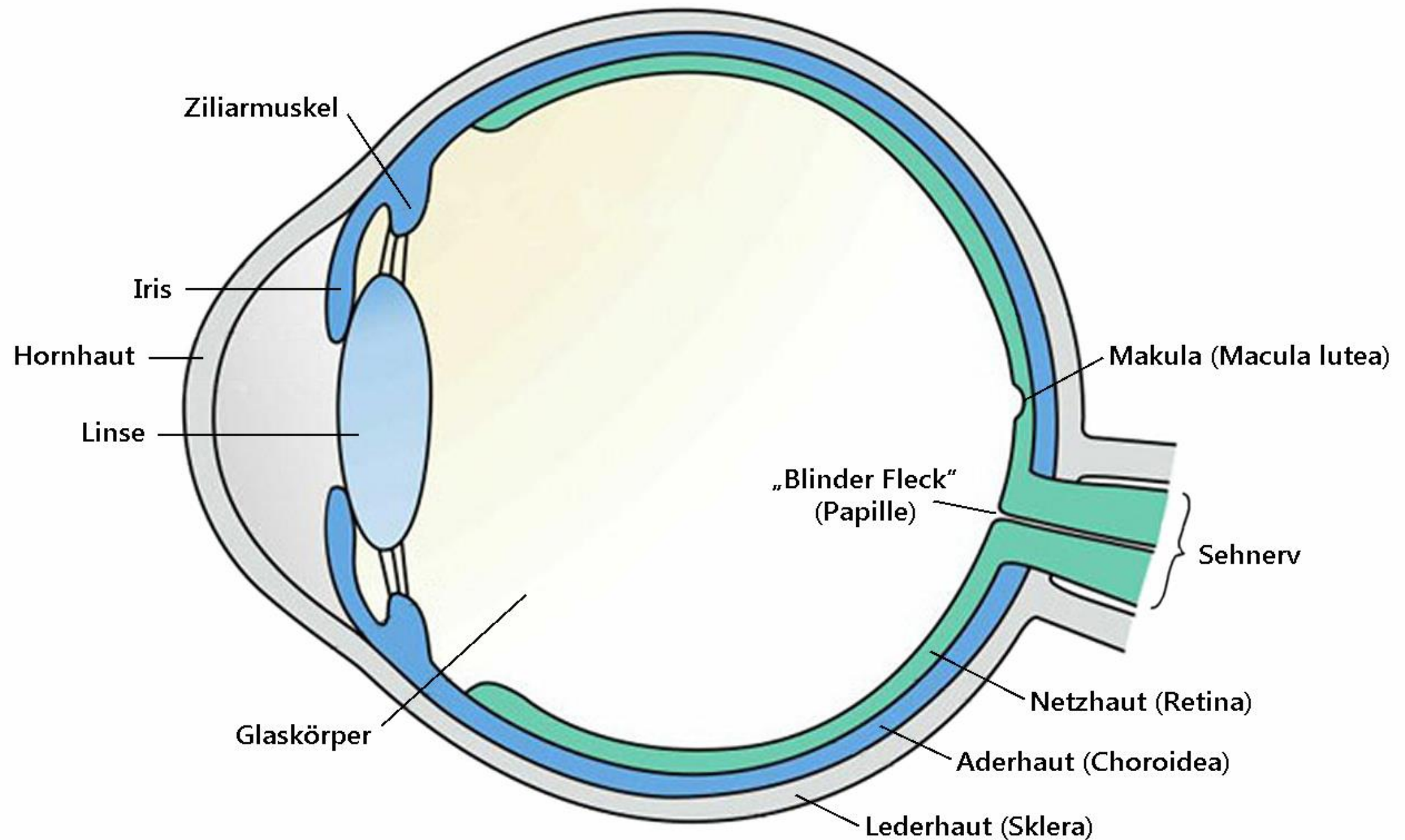
# Übersicht

1. Sehen im Alter, häufige Augenerkrankungen
2. Begleiterscheinungen bei Sehbeeinträchtigung
3. Folgen von Sehbeeinträchtigung
4. Was bedeutet Sehbehinderung im Alter?
5. Massnahmen: Goldene Regeln, Hilfsmittel, Beratungsstellen
6. Selbsterfahrungen

# 1.1 Wie wir sehen

- Das Auge nimmt Licht, Bewegung, Farben und Kontraste wahr
- Diese Wahrnehmungen leitet es als Information ans Gehirn
- Das Gehirn macht aus den Informationen Bilder

## 1.2 Organ Auge



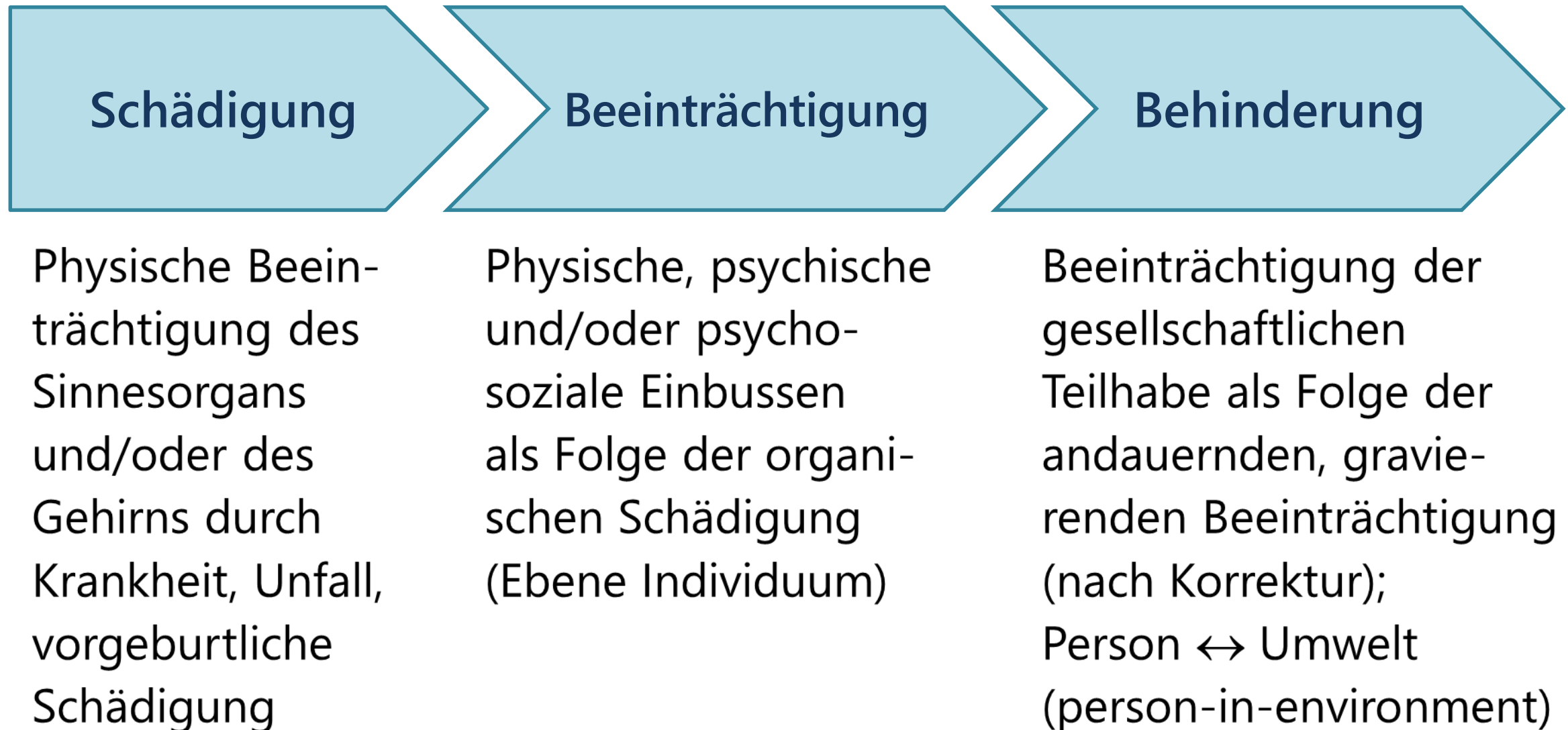
## 1.3 Normale (physiologische) Veränderungen im Alter

- Trübung des Glaskörpers
- Trübung der Linse

### **Konsequenz:**

- Verminderung des Visus (Scharfsehens) und höherer Lichtbedarf im Alter

## 1.4 Begriffsklärung





## 1.5 Sehschädigungen im Alter (pathologische Veränderungen)

### Häufigste Sehschädigungen im Alter

- Altersabhängige Makuladegeneration (AMD)
- Grüner Star (Glaukom)
- Grauer Star (Katarakt)
- Netzhautablösung
- Diabetische Retinopathie
- Weitere

## 1.6 Altersbedingte Makula-Degeneration (AMD)

### Unscharfes Bild

- Mimik von anderen kann nicht erkannt werden
- Einzelheiten verschwimmen
- Spiegelbild ist unscharf

### führt zu

- Schwierigkeiten bei Alltagsaktivitäten
- Unsicherheiten im Sozialkontakt



## 1.7 Häufigkeit von Sehbehinderung im Alter

- 54% Bewohnende in Genfer Pflegeeinrichtungen, unter Einbezug SKontrastsehen (ABA 2005)
- 18% der über 80-Jährigen, in Institutionen lebend, mit Diagnose Sehbehinderung (BFS 2008/09)
- 28,8% der über 80-Jährigen (Spring/SZB 2019)
- 42% leicht bis schwer sehbeeinträchtigte Menschen in Alterseinrichtungen, 29% mit pitex (Spring/SZB 2017)
- OVIS-Studie in Altenheimen in DE (Fang et al. 2017):
  - 20,8 mit  $\text{Visus} \leq 3$
  - 47% mit subjektiven Sehproblemen
  - 61% mit augenmedizinischem Behandlungsbedarf

## 2. Begleiterscheinungen bei Sehschädigung (Neuroophthalmologie)

**Warum wir nicht sehen, was wir [nicht] sehen**

Wir sehen mit dem Gehirn:

- Filling-in (Vervollständigung Gesichtsfeld, vgl. Sutter 2017)
- Charles-Bonnet-Syndrom (CBS) (visuelle Halluzinationen, analog zu Phantomschmerz)
- Denkvermögen intakt, aber Denken wegen mangelhafter Information beeinträchtigt

Tagesverfassung und Konzentrationsfähigkeit haben einen grossen Einfluss auf die Seh-/Hörfähigkeit!

Seh- und Hörleistung beeinflussen sich gegenseitig.



## 2.1 Wir sehen mit dem Gehirn



Quelle: Sutter (2017). Netzhautdegeneration – Ein anderes Sehen.

## 3.1 Physische Folgen von Sehbeeinträchtigung

Häufig treten auf:

- Eingeschränkte Bewegung (grob-, feinmotorisch)
- Mangelernährung
- Stürze, Bewegungsmangel und dessen Folgen für den Kreislauf
- Hautprobleme
- Tag/Nacht-Rhythmusstörungen
- u.a.

## 3.2 Psychische Folgen von Sehbeeinträchtigung

Häufig treten auf:

- Kontrollverlust
- Leugnen, nicht Wahr-haben-Wollen, später heftige Gefühle, z.B. Wut, Verzweiflung (vgl. Trauerphasen, Verena Kast)
- Depression, Angststörungen (bei Menschen mit Sehbehinderung doppelt so häufig wie bei Sehenden)
- Suizidalität
- u.a.

## 3.3 Psychosoziale Folgen von Sehbeeinträchtigt.

Häufig treten auf:

- Misstrauen
- Scham
- Rückzug
- Isolation
- Verhaltensauffälligkeit
- Aggression
- u.a.



## 3.4 Verwechslungsgefahr SB und Demenz

- «Inadäquates» Antworten und Verhalten
- Entscheidungs- und Erinnerungsprobleme
- Zeitliche Desorientierung (Melatonin!), örtliche, autopsychische Desorientierung
- Depression, Angst, Aggression
- Visuelle Halluzinationen
- Eingeschränkter Bewegungs- u. Handlungsradius
- Falsche Ergebnisse bei Mini Mental Status Tests

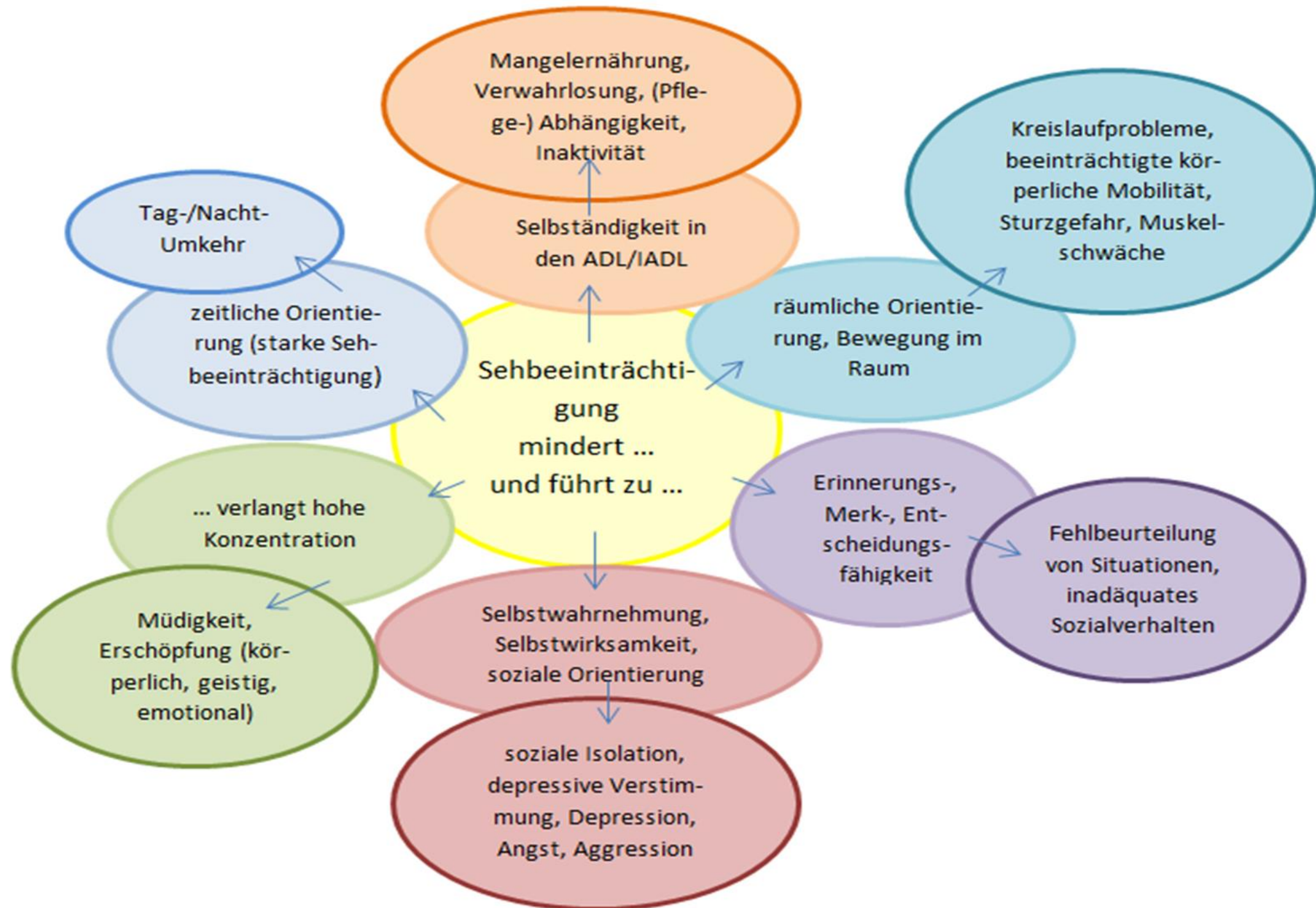


## 4. Was bedeutet eine Sehbehinderung?

- Orientierungsstörungen (zeitlich, örtlich, situativ)
- Beeinträchtigungen in Alltagsbewältigung
- Beeinträchtigungen des Sozialverhaltens (z.B. Rückzug, Aggression, Verhaltensauffälligkeiten)
- Beeinträchtigung Gedächtnis, Merkfähigkeit
- kognitive Einbussen (z.B. inadäquate Reaktionen)
- Veränderungen der Persönlichkeit

**Sehschädigung wird oft nicht als solche erkannt: von der Person selbst, von Angehörigen, von Fachpersonen**

# 4.1 Sehbeeinträchtigung mindert ... und kann zu ... führen



## 5. Massnahmen - was können wir tun?



## 5.1 Massnahmenkategorien

- Unterstützung bezügl.

- funktionaler



- emotionaler, psychischer, sozialer



- kognitiver



Beeinträchtigungen

- auf individueller und institutioneller Ebene



## 5.2 Hilfreiche Massnahmen bei SB

- Licht, Kontraste, Farben, Akustik
- Sitzordnung: Rücken zum Fenster, keine Blendung
- Hilfsmittel, Hilfsmittelberatung
- soziale, psychosoziale, psychologische Beratung
- Unterstützung durch Angehörige, Nachbarn, freiwillige Helfer/innen, Mitbewohnende in Wohngruppen, Heimen

## 5.3 Präventive Massnahmen

### Verschlechterung vermeiden, psychisch & kognitiv stabilisieren

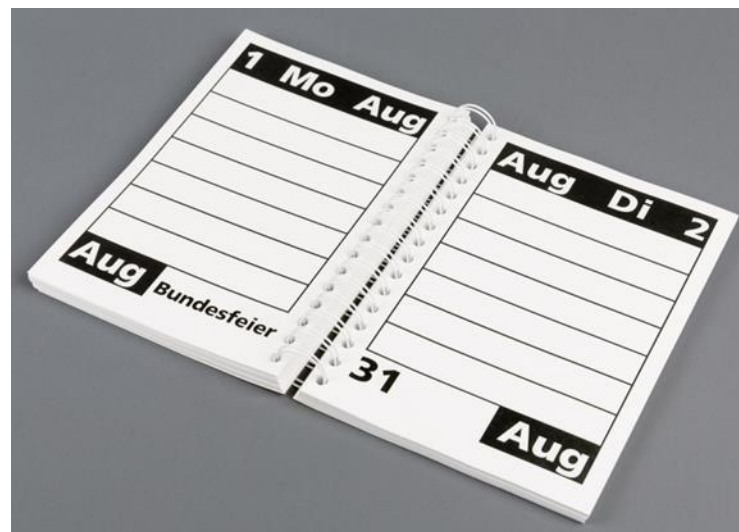
- Frühzeitige Abklärungen, bildgebend
- Ausnützen der medizinischen Möglichkeiten
- Information über Zusammenhänge
- Aktivitäten aufrechterhalten, pflegen (körperlich, geistig, sozial)
- Kompensation der Beeinträchtigungen
- Vertrauen auf Verbesserbarkeit der Situation

## 5.4 Anlauf- und Beratungsstellen

- Beratungsstellen:  
Schweizerischer Blindenbund ([www.blind.ch](http://www.blind.ch)),  
Sehbehinderten- und Blindenverband (SBV) ([www.sbv-fsa.ch](http://www.sbv-fsa.ch)),  
Retina Suisse ([www.retina.ch](http://www.retina.ch)) u.a. → Beratungsstellen nach  
Kantonen auf der Seite des SZBLIND: [www.szblind.ch](http://www.szblind.ch)
- Fachstellen Hörsehbehinderung des SZBLIND:  
[www.taubblind.ch](http://www.taubblind.ch)
- SBS – Schweizerische Bibliothek für Blinde und  
Sehbehinderte: [www.sbs.ch](http://www.sbs.ch)



## 5.5 Hilfsmittel bei Sehbehinderung



<https://szb.abacuscity.ch/>

## 5.6 Massnahmen: Umfeld (Milieu) gestalten

- Umfeld gestalten:  
33 Goldene Regeln  
(Heussler, Seibl & Wildi 2018)

1. **Auf Flecken auf den Kleidern aufmerksam machen und Hilfe anbieten zum Säubern.**

Menschen mit einer Sehbehinderung möchten sich genauso gepflegt und sauber zeigen wie die anderen. Sie können Flecken oder schadhafte Stellen an der Kleidung aber nicht selbst feststellen und sind angewiesen darauf, dass wir sie (taktvoll und diskret) darauf hinweisen. Das erhöht die Sicherheit, die es braucht, um sich in die Öffentlichkeit zu trauen.

«Herr Wiesel, Sie haben da einen Fleck am rechten Ärmel. Vermutlich Konfitüre. Möchten Sie, dass ich ihn wegputze?»

Die meisten sehbeeinträchtigteten Personen sind froh um den Hinweis, auch wenn sie verlegen reagieren.

- Förderung von Autonomie, Kompetenz-  
wahrnehmung, Sinn, Teilhabe ( $\Rightarrow$  Lebensqualität)
  - Möglichkeiten für sinnhafte Tätigkeiten
  - Möglichkeiten für Eigenaktivitäten
  - Wahlmöglichkeiten

## 5.7 Was können Sie tun?

- Glauben, was die Person sagt
- Der Person zutrauen, was sie selber machen möchte (auch wenn man es selber schneller und besser könnte)
- Die Person fragen, was sie braucht
- Die Person in ihrem Umgang mit der SB unterstützen
- Eigene Zuversicht in Veränderbarkeit der Situation zeigen, Unterstützung zu Selbständigkeit bieten
- Auch alten und hochaltrigen Menschen zutrauen, den Umgang mit Sehbehinderung im Alltag zu lernen

## 5.8 Wenig hilfreich sind...

- schmutzige oder schlecht angepasste Brillen
- Lupen ohne Abklärung des Vergrößerungsbedarfs, der Distanz zum Auge, der Beleuchtung
- Lesegeräte und andere Hilfsmittel ohne Anleitung und Üben

## 5.9 Ausblick: Pflege sehbehind'spezifisch

- Sehbehinderungsspezifische Pflege stabilisierend:
  - Markierungspunkte, Informationen
  - Haltung der Veränderbarkeit
- Sehbehinderungsspezifische Pflege rehabilitativ:
  - Integration in Pflegeprozess
  - Fokus-Assessment Sehbeeinträchtigung
  - Pflegetrainings kognitiv-emotional, motorisch



# Auch mit Sehbehinderung im Alter kann das Leben wieder bunt und reich werden! (F. Heussler)



Foto: Dill © KSIA



Foto: Dill / KSIA

**Viel Erfolg bei der Umsetzung  
in Ihrem Arbeitsbereich!**

KSIA – Kompetenzzentrum  
Seh- und Hörbehinderung im Alter

[www.ksia.ch](http://www.ksia.ch)