

KIJK OP ZICHT

VISUEEL FUNCTIE PROFIEL

In dit document staan al mijn 'visuele functies' beschreven, zo worden de onderdelen genoemd waaruit visuele waarneming bestaat. Oftewel; de aspecten waarmee ik beschrijf wat en hoe ik zie. Voorbeelden hiervan zijn: gezichtsscherpte en gezichtsveld, contrast, kleuren en diepte zien, lichtgevoeligheid, enzovoorts.

PERSOONLIJKE GEGEVENS

NAAM Morena Lam

www.morena-schrijft.nl

DIAGNOSE

Wat is er met mijn zicht aan de hand?

Geleidingsstoornis nervus opticus en chiasma aplasie.

De kruising van mijn oogzenuwen is zo dun, dat de informatie die mijn ogen zenden, slechts gedeeltelijk of vervormd mijn hersenen bereikt.

GEZICHTSSCHERPTE

De mate waarin u in staat bent om dingen te zien, wordt ook wel de gezichtsscherpte genoemd. Dit wordt zowel in de verte als dichtbij gemeten.

ZICHT VERAUF

Het zien van kleine details op 3 meter afstand, gemeten met de letterkaart. Een goedziende ziet gemiddeld 1.0.

Rechter oog	0.02
Linker oog	1/300
Beide ogen samen	0.03 (letters op 1 m gemeten)

Een visus van 0.03 wil zeggen dat als een goedziende op **10** meter nog net bepaalde letters kan zien, ik op (**10** maal visus) **0,3** meter moet gaan staan om dezelfde letters te lezen.

Beschrijving van wat ik veraf zie.

Vanaf een afstand van 5 meter kan ik objecten niet meer identificeren. Ik weet dus niet precies wat ik zie, omdat ik alleen kleur en vorm onderscheid en geen details zie. Alleen als ik al weet wat het object is, kan ik het erin zien.

ZICHT DICHTBIJ (LEESVISUS)

Het zien van details, de lettergrootte waarbij nog net vlot kan worden gelezen. Krantendruk heeft een lettergrootte vergelijkbaar met 9 punt Arial (= lettertype).

Op 5 centimeter kan ik een lettergrootte van ongeveer 32 pts (lettertype Arial) lezen.

Beschrijving van wat ik dichtbij zie.

Op maximaal 20 centimeter afstand zie ik iets meer details van mijn omgeving, maar nog lang niet alles. Voornamelijk moet ik het hebben van contouren, kleuren en dat wat ik vanuit mijn visuele geheugen zelf kan aanvullen. Als het object zich verder dan 20 centimeter bij mij vandaan bevindt, kan ik nog steeds enkele details onderscheiden, maar dit kost me dan veel meer moeite.

GEZICHTSVELD

Het gezichtsveld is het geheel dat ik kan overzien als ik naar één vast punt kijk zonder mijn hoofd of ogen te bewegen.

UITVAL IN PERIFERE GEZICHTSVELD

Bij een perifere beperking is de buitenkant van dit gebied beperkt. Objecten die van de buitenkant komen worden later opgemerkt.

Buitenkant gezichtsveld

Ik heb een concentrische beperking, boven tot +-30 graden, links tot 45 graden, onder tot 40 graden en rechts tot 55 graden.

UITVAL IN CENTRALE GEZICHTSVELD

Het gebied waar details mee worden gezien.

Centraal gezichtsveld

nvt

VERVORMING VAN HET BEELD

Beeld of letters vervormen of vloeien in elkaar over.

Vervorming

-

INVLOED VAN HET LICHT

Afgezien van de gezichtsscherpte, kan ook uw lichtbehoefte veranderd zijn.

BASIS VERLICHTING

De mate van verlichting die van belang is om standaard handelingen te kunnen verrichten. De sterkte van verlichting in een ruimte wordt gemeten in lux.

Hoe ervaar ik basisverlichting.

Ik vind daglicht prettiger dan kunstlicht, omdat kunstlicht voor mijn zicht misleidend kan zijn. Een combinatie van beide is ook goed te doen voor me. Voor de rest maakt het voor mij niet veel uit qua zicht of ik me in een wat donkerdere, of wat lichtere ruimte bevind, al vind ik donkere ruimtes minder fijn, omdat ik dan minder goed kleuren kan waarnemen. Kleur is belangrijk voor mij.

TAAKVERLICHTING

Afgezien van de gezichtsscherpte, kan ook mijn lichtbehoefte veranderd zijn
Hoe ervaar ik taakverlichting.

Ik merk dat ik weinig behoefte heb aan taakverlichting. Als iets me visueel lastig afgaat, gebruik ik mijn andere zintuigen indien mogelijk.

LICHTHINDER

Hinder van licht bijvoorbeeld van een lichtbron (zon, kaars, halogeenlamp) of van reflecterend materiaal (witte muur, glazen gebouw, vitrage, sneeuw).

Nvt

KLEUR EN CONTRAST

KLEUREN ZIEN

Onderscheiden van kleuren en kleurherkenning.

Kleuren kan ik onderscheiden (tenzij de kleuren heel dicht bij elkaar liggen), maar niet altijd goed herkennen. Dat is mede afhankelijk van de lichtinval.

CONTRAST

Objecten onderscheiden van de achtergrond.

Contrast is voor mij heel belangrijk. Ik kan herkennen waar ik ben doormiddel van contrast. Bijvoorbeeld het contrast van muren van een gebouw of van stoepanden. Omdat ik amper details kan waarnemen is contrast heel belangrijk voor me.

DAGELIJKS LEVEN

Hoe beïnvloed slechtziendheid mijn dagelijks leven.

En wat doe ik om het verminderd zicht te compenseren (o.a. kijkstrategie).

MOBILITEIT

Ik verplaats me met behulp van openbaar vervoer over lange afstanden. Voor kortere (loop)afstanden moet ik eerst de route goed kennen, voor ik deze zelfstandig ga lopen. Met apps als Google Maps krijg ik namelijk altijd ruzie. Daarnaast maak ik gebruik van een blindengeleidehond, Siërra. Die helpt me, zorgt er voor dat ik niet tegen onverwachte obstakels bots of van stoepranden af val. Ze is geen navigatiesysteem, ik moet haar wel aansturen, de goede kant op.

COMMUNICEREN

Omdat ik geen non-verbale communicatie kan zien, vind ik het communiceren in grote groepen lastig. Ik zal dan vaak rustig worden en alleen iets zeggen als me iets gevraagd wordt. In kleinere groepen met bekende mensen ben ik veel opener en zeg ik dan ook veel meer. Ik probeer altijd iemand recht aan te kijken, maar mijn ogen schieten dan steeds uit focus. Gezichtsuitdrukkingen kan ik niet waarnemen.

ZELFVERZORGING

Ik vind het belangrijk dat ik er goed verzorgd uit zie en doe dan ook mijn best om dit voor elkaar te krijgen. Make-up gebruik ik niet, deels omdat ik het zelf toch niet zie. Hoe ik ruik vind ik vaak toch wel het aller belangrijkste. Ik kan mezelf alleen herkennen in de spiegel, omdat ik weet dat ik het ben.

HUISHOUDING

Omdat ik makkelijk dingen over het hoofd zie, vind ik schoonmaken lastig. Wel houd ik liever alles opgeruimd. Ik woon nog niet op mezelf, dus mijn moeder zorgt voor het huishouden, al helpen mijn zussen en ik daar wel een beetje bij.

WERK OF OPLEIDING

Ik volg een opleiding "Media, informatie en communicatie" in Enschede. Deze opleiding is heel gevarieerd en heeft ook bepaalde visuele aspecten. Deze zijn vaak zwaar voor mijn ogen. Bijvoorbeeld: ik kreeg de opdracht om een animatie te maken. Dat is zeer zorgvuldig visueel werk en daar moet ik dus niet te lang achtereen mee bezig zijn.

VRIJETIJSBESTEDING

In mijn vrije tijd schrijf ik graag. Ik neem daar graag de rust en de tijd voor. Schrijven kan ik non-visueel doen, met behulp van blind typen en braille lezen. Toch gebruik ik bij het schrijven wel altijd vergroting. Ik kijk veel naar films en

series via mijn telefoon, wat in tegenstelling tot intensief werken aan een animatie (zie hierboven) helemaal niet vermoeiend is voor mijn ogen. Ik lees bijvoorbeeld geen ondertiteling of andere teksten in beeld en concentreer me alleen op de dingen die ik goed kan zien, zoals bewegende mensen en voorwerpen, contrasterende lijnen en alledaagse voorwerpen die ik kan herkennen. Emoties visueel herkennen vind ik dan ook lastig, waardoor ik wel vaak het idee heb dat ik wat mis. In het geval van Netflix is er bij sommige series de optie aanwezig om audiodescriptie aan te zetten en die optie gebruik ik dan ook.

GEBRUIK VAN APPARATEN

Ik maak gebruik van:

Een laptop met spraak, vergroting en braille.

Een iPhone met spraak en vergroting.

Een Apple Watch met spraak.

ENERGIE

Over het algemeen heb ik veel energie, maar soms zit daar een dip in, die waarschijnlijk te maken heeft met hoe intensief ik bezig ben geweest die dagen daarvoor. Bijvoorbeeld het op school zijn, het omgaan met ziende mensen, dus veel visueel bezig zijn met lichaamstaal en houding vragen wel wat van mijn energievoorraad. Meestal heb ik hier gelukkig geen last van.

ONDERSTEUNING

Waar kunnen andere mensen rekening mee houden.

Omdat ik het lastig vind om mensen te herkennen, vooral in het begin, is het handig dat je je naam noemt als je me aanspreekt. Ook is het prettig dat je mij bij mijn naam noemt als je iets tegen me zegt of aan me vraagt, want dat je me aankijkt kan ik niet zien. Ik vind het helemaal niet lastig om te bespreken wat ik wel en niet kan. Je kunt me alles vragen, ik ben niet zo snel gekwetst.