

Sehbehinderung im Alter: Hilfsmittel und Unterstützung

Zürcher Sehhilfe

**Daniel Rey, Geschäftsleiter und Martin Guldimann,
Rehabilitationsfachmann für Low Vision
und Informatik**



Zürcher Sehhilfe – Zürich - Winterthur

Zürcher Sehhilfe

- Private Fachorganisation, gemeinnützig, Gründung 1910, ZEWO zertifiziert
- Der Verein bezweckt die **Information**, spezialisierte **Fachberatung** und **Unterstützung** von im Kanton ZH wohnhaften blinden und sehbehinderten Personen und deren Angehörigen
- Beratungsstellen in **Zürich** und **Winterthur**
- Beraten jährlich über 1200 betroffene Personen
- Finanziell getragen von / durch: IV-Tarifabrechnungen, Kostenbeteiligungen, privaten Stiftungen, Spenden, Legaten und Krankenkasse bei Ergotherapie



Unser Dienstleistungsangebot

- Low Vision
- Sozialarbeit
- Orientierung und Mobilität
- Lebenspraktische Fähigkeiten
- Hilfsmittel für den Alltag
- Informatik und Kommunikation
- Berufliche Integration
- Ergotherapie
- Begegnungszentrum Kurse und Veranstaltungen
- Info- und Sensibilisierungsveranstaltungen

Überblick Schweiz

Studie vom SZB von 2013

Sehbehinderung und Blindheit: Entwicklung in der Schweiz

- Etwa **325'000 Personen** mit einer Sehbehinderung leben in der Schweiz. (= ca. 4% von 8,1 Mio. Einwohner der Schweiz)
- Zahlen 2020: 8,67 Mio. Einwohner = ca. **346'000 Personen** mit einer Sehbehinderung
- Davon gelten ca. **10'000 Personen** als blind (= ca. 3% aller sehbehinderten Menschen)

Überblick

- Die altersbedingte Makuladegeneration (AMD) ist die häufigste Ursache für den irreversiblen Verlust des zentralen Sehvermögens bei älteren Menschen. Das zentrale Sehen wird zum Lesen gebraucht
- Da die Menschen immer älter werden, **nimmt die Häufigkeit dieser Augenerkrankung zu**
- Dank **Hilfsmittel** und **Rehabilitationstrainings** ist im Alltag einiges möglich, um die Selbständigkeit unserer Klienten soweit es geht zu erhalten
- Die **Beratungs-** und **Rehabilitationsstellen** unterstützen Sie dabei: wie die Zürcher Sehhilfe, Beratungsstellen von Sichtbar, des SBV, der Retina Suisse oder SZB

Auswirkungen dieser Erkrankungen

- Verlust von Sehschärfe (verschwommen sehen)
- Ausfälle: Segmente / Teile werden nicht gesehen
- Das Gesichtsfeld ist beeinträchtigt (zentral, peripher)
- Das Farbsehen ist beeinträchtigt
- Erhöhte Blendempfindlichkeit ist vorhanden
- Die Umstellung von heller zu dunkler Umgebung ist verlangsamt (oder umgekehrt) = Anpassung an neue Lichtverhältnisse
- Das Kontrastsehen ist schlecht

Die Low Vision Beratung

- Klärung des Sehvermögens durch unsere Fachpersonen, wie funktioniert das Sehen im Moment
- Training und Nutzung des vorhandenen, visuellen Potentials
- Evaluation, Training und Abgabe von Sehhilfen wie Lupenbrillen, Lupen, mobile und stationäre Bildschirmlesegeräte
- Bestimmung von Filtergläsern (Blendschutz, Kontrast)
- Lichtberatung und Abgabe von Leuchten

Welche Hilfsmittel gibt es zum Lesen?

- Lupenbrillen: der Vorteil ist ein grosses Blickfeld, der Nachteil ist das Nähernehmen des Textes
- Lupen: gibt es als Hand- und Standvarianten mit oder ohne Beleuchtung. Je stärker eine Lupe sein muss, desto kleiner wird das Blickfeld
- Leuchten: bessere Beleuchtung bedeutet oft besseres Lesen, da die Augen mit zunehmendem Alter mehr Licht benötigen. Gutes Licht ist blendfrei und gleichmässig.
- Mobile und stationäre Bildschirmlesegeräte: der Vorteil ist die Schriftgrösse und der Farbkontrast sind variabel einstellbar.

Finanzierung der Hilfsmittel der AHV

- Antrag an AHV für deren Kostenbeteiligung an bestimmten Hilfsmitteln (Lupenbrillen, Lesegeräte)
- Wenn ein Hilfsmittel bereits im IV-Alter zugesprochen wurde, gilt die Besitzstandswahrung und wird auch im AHV-Alter weiter finanziert.
- Eigene Beteiligung (Lupen, Leuchten, etc.)
- In finanziell schwierigen Verhältnissen werden private Kostenträger, Stiftungen etc. beigezogen
- Ergotherapeutischer Bereich: teilweise Krankenkasse

Die Sozialberatung

- Psychosoziale Beratung: Unterstützung bei der **Bewältigung des Sehverlustes**
- Information über **Angebote** für Sehbehinderte
- Beratung und Unterstützung bei **finanziellen Schwierigkeiten** und bei **Fragen** des **Sozialversicherungsrechtes**

Orientierung und Mobilität

- Klärung der **Anliegen** und geeigneten **Hilfsmittel** wie Signalstock, Langstock, Wander- und Stützstock
- Diverses Sicherheitsmaterial wie Leuchtwesten, Armbinden
- Orientierung und Mobilität ist eine Art **Verkehrs-** und **Umweltschulung** bei gleichzeitigem Gebrauchstraining des weissen Stocks

Lebenspraktische Fähigkeiten

Hilfsmittel für den Alltag

- Beratung und Unterstützung bei der **Alltagsbewältigung** wie Haushalt, Körper- und Kleiderpflege, Kommunikation, Ordnungssysteme und Markierungen um wieder Selbständigkeit zu erlangen
- Viele praktische **Hilfsmittel** wie:
 - Grosstastentelefone und Mobiltelefone
 - Uhren und Wecker
 - Abspielgeräte für Hörbücher
 - Schreibhilfen, Schablonen und Diktiergeräte
 - Küchen-, Personenwaagen und weitere Haushaltgeräte
 - Spiele, Jasskarten, Würfel

Informations- und Kommunikationstechnologien (IKT)

- Beratung bezüglich Einstellmöglichkeiten am Computer (Bord-Mittel des Betriebssystems) oder Spezial-Software (Vergrößerung, Sprachausgabe)
- Schulung Nutzung des Computers mit Vergrößerungs-/ Sprachausgabe-Programm oder Verwendung der Bord-Mittel
- Schulung von Smartphone und Tablets wie iPad und iPhone mit Bedienungshilfen für Sehbehinderte/Blinde
- Hilfe beim Einkauf von Geräten
- Installation und Support, Fernwartung

Hilfsmittel Informations- und Kommunikationstechnologien

- Nutzung der **Bedienungshilfen** von Betriebssystem Windows oder MacOS.
- **Computer** mit speziellen Vergrößerungs- und/oder Sprachausgabe-Programmen ausgerüstet
- **Spezialtastaturen** mit vergrößerter Tastenbeschriftung
- **iPhone und iPad**
mit Bedienungshilfen: Vergrößerung, Zoom, Sprachausgabe VoiceOver und Spracheingabe Siri, Diktierfunktion

Berufliche Integration

- **Assessment:** erste sehbehindertenspezifische Standortbestimmung für berufliche Abklärungen, Unterstützung bei der Wiedereingliederung oder Personen die in einer IV-Frühinterventionsmassnahme sind
- **Arbeitsplatzabklärung,** um Arbeitsplatz möglichst erhalten zu können

Ergotherapie

- In Anschluss an eine Erstberatung
- Weiterführende ambulante Behandlung nach Klinikaustritt
- Auf ärztliche Verordnung
- Domizilbehandlung bei Sehbehinderung in Wechselwirkung mit anderen geriatrischen und neurologischen Krankheiten
- In der Zürcher Sehhilfe: Vorteil gute interdisziplinäre Zusammenarbeit, Wissen über Sehvermögen und unterstützende Massnahmen

Kurse und Veranstaltungen

- Breites Kursangebot das methodisch auf die **visuellen Einschränkungen** angepasst ist
- Vielfältige **Möglichkeiten zur Begegnung** sowie zur Pflege gemeinsamer Interessen und Kontakten

Sensibilisierungs-, Infoveranstaltungen

- Möglichkeit, sich mit dem Thema **Sehbehinderung auseinander zu setzen** und vertraut zu machen
- Spezifische Weiterbildungen für das Personal

Wann ist eine Beratung bei der Zürcher Sehhilfe angebracht

- Verbesserung Sehvermögen medizinisch nicht möglich
- Zeitung lesen trotz Brille nur noch knapp möglich
- Das Lesen strengt an, schnelles Ermüden
- Schwierigkeiten beim Schreiben, Computerarbeit
- Gesichter werden schlecht oder gar nicht erkannt
- Unangenehmes Blenden im Freien oder in Räumen
- Unsicherheit auf der Strasse, unterwegs

Wie ist der Anmeldeablauf?

- Vermittlung durch Augenarzt oder andere Fachperson
- Anmeldung durch betroffene Person oder deren Angehörigen ist ebenfalls möglich
- Für eine Beratung benötigen wir ein **augenärztliches Zeugnis**, welches wir an den Augenarzt zum Ausfüllen zuschicken können
- Bei Ergotherapie eine **ärztliche Verordnung**
- **Terminvereinbarung** für eine Erstberatung mit unserem Sekretariat

Ablauf Erstberatung, Folgeberatung

- Abklärung, Beratung durch eine Low Vision Fachperson
- Informationsgespräch mit einer Sozialarbeiterin, Triage und weiteres Vorgehen
- Hilfsmittelausstellung besichtigen. Austesten von Hilfsmitteln zu Hause ist möglich
- Folgeberatung unter Einbezug interprofessionelles Team im Hause, Augenarzt, spezialisiertem Augenoptikern, weiteren Fachpersonen, Fachorganisationen

Tipps Umgang mit Sehbeeinträchtigung

- Regelmässige augenärztliche Kontrollen
- Möglichst frühzeitig eine Beratungsstelle aufsuchen
- Sich über Beratungsangebote informieren lassen
- Gesunder Lebensstil, vitamreiche ausgewogene Ernährung
- Nicht rauchen
- Sonnenbrille tragen

Herzlichen Dank für Ihr Interesse und Ihre Aufmerksamkeit.

Wir hoffen, Ihnen einen guten Überblick gegeben zu haben und wünschen Ihnen eine gute Zeit.

Wenn Sie uns brauchen, sind wir gerne für Sie da.

Ihr Team der Zürcher Sehhilfe.