



UMÍME TO S OKLUZÍ

Společně to zvládneme



Společnost
pro ranou péči

Co je okluze a okluzní terapie?

Jde o zakrývání jednoho oka jako součást léčby oční diagnózy. Okluzní terapii ordinuje oční lékař na základě oftalmologického vyšetření (zjištění refrakce – změření dioptrií a zrakové ostrosti, vyšetření očního pozadí, nastavení vhodné brýlové korekce). Následně lékař určí dobu zakrývání (zpravidla počet hodin za den), režim (tj., které oko či poměr střídání) i druh (plná, částečně propustná).

Proč nosit okluzor?

Smyslem je zakrýt funkčně lepšího oka tak, abychom posílili funkce slabšího oka. Nejčastěji z důvodu prevence či léčby amblyopie (tupozezrakost), šilhání nebo po operaci vrozené katarakty. Okluzní léčba je zpravidla dlouhodobá a v období vývoje zraku u dětí je to velmi účinný terapeutický přístup. Je důležité ho nepodceňovat a důsledně léčbu dodržovat. Pokud není okluzní terapie dodržována dlouhodobě v předepsaném režimu, hrozí trvalé snížení zrakové ostrosti (bez možnosti zlepšení brýlovou korekcí či operační léčbou) a omezení prostorového vidění. Vyřazení funkce jednoho oka může dítě negativně ovlivnit v běžných denních činnostech či v budoucnu při výběru zaměstnání.

Kde a jaký okluzor pořídit?

Okluzor předepisuje oční lékař a na základě poukazu ho dostanete ve specializovaných optikách či v lékárně. Výše úhrady či doplatku se liší dle výrobce a druhu okluzoru. Některé jsou plně hrazeny z veřejného zdravotního pojištění, na některé je doplatek. Případně si je můžete zakoupit a hradit sami.

Nejdoporučovanější jsou **okluzory náplastové**, které se lepí přímo na kůži a zajistí tak kvalitní zakrytí oka. Setkat se můžete např. se značkami: Opticlude, Propoptha, Ortopad. Zpravidla se vyrábějí v různých velikostech, některé jsou hypoalergenní nebo třeba obrázkové. Vzhledem k dlouhodobosti léčby je dobré vyzkoušet a zvolit opravdu vhodný druh a velikost. Výhodou náplastových okluzorů je snadné nasazování, využití i u nejmenších dětí, možnost nošení i v případě, že není ordinována brýlová korekce.



Jak na to?

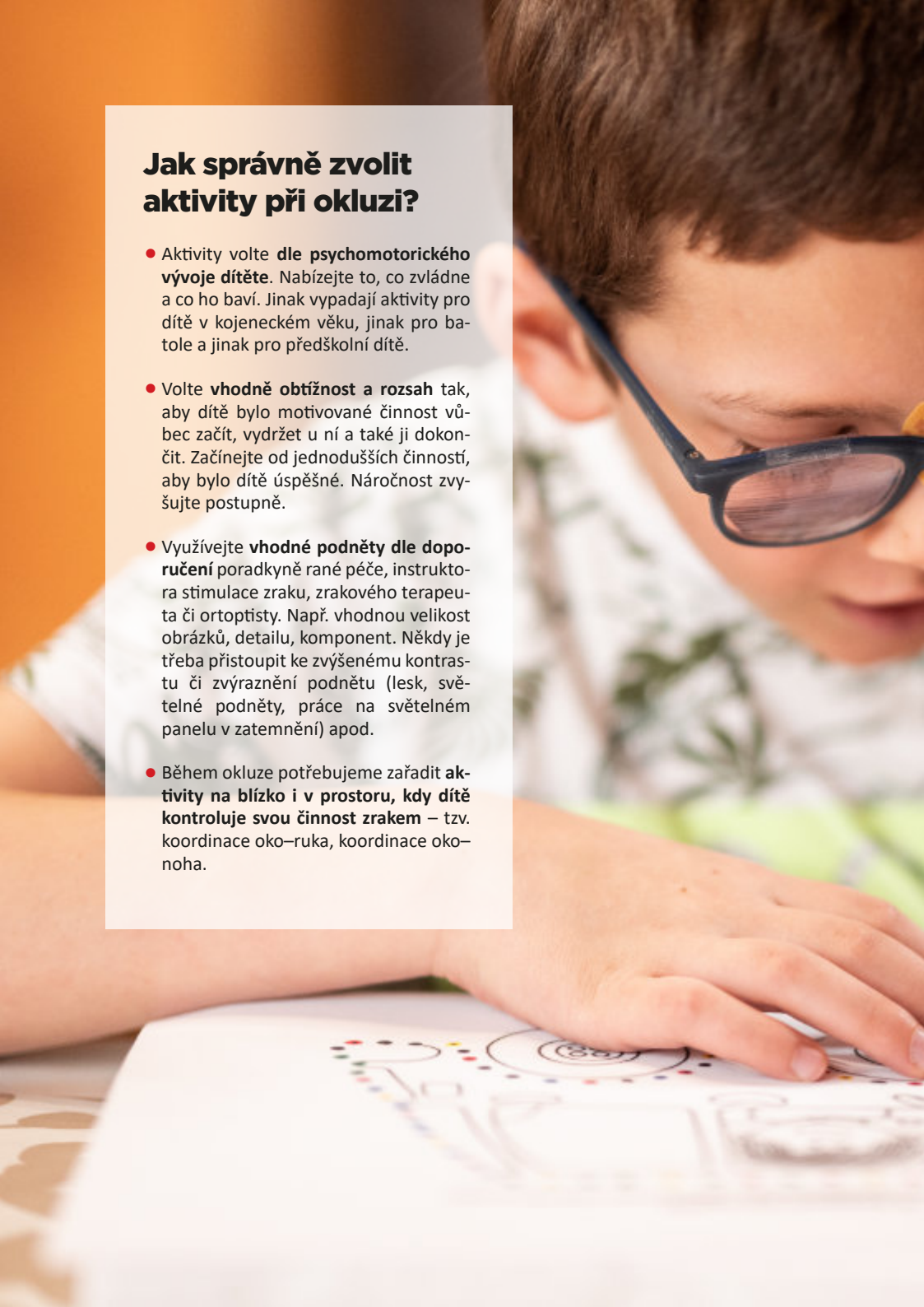
Nácvik nošení okluze je u každého dítěte rozdílný. Některé ji přijmou bez problémů, jiné ji mohou odmítat. Je třeba dítě s okluzorem seznámit a dát mu prostor postupně si na něj zvykat až na dobu předepsanou lékařem. Z hlediska stimulace oka je lepší lepit na celou stanovenou dobu než okluzor opakovaně sundávat.

- Již před nalepením si připravte zajímavou hračku či aktivitu, kterou dítě ihned zaujmete a odvedete tak jeho pozornost od zakrytého oka.
 - V případě, že byla současně ordinována brýlová korekce a okluze, navykejte dítě postupně. A to nejprve na brýle, až po zvládnutí přidejte okluzi.
 - Časem a dle situace či věku dítěte lze okluzovat například ve školce – s tímto procesem vám poradí poradkyně rané péče.
 - Z použitých okluzorů můžete společně lepit různé obrázky, hrát si s nimi či využít speciální motivační listy.
- 
- Volte pro okluzi vhodný čas v režimu dne. Tedy dobu, kdy bývá dítě v dobré náladě, odpočaté, nalaďené na hraní. Minimálně zpočátku, než se stane rutinou.
 - U některých dětí se osvědčilo nalepit okluzor těsně před probuzením či po probuzení. Mějte však na paměti, že při spánku stimulace oka neprobíhá.
 - Okludujte v bezpečném prostředí, doma. Okluze není vhodná při pohybu venku či při sportu. Uvědomte si, že funkčně lepší oko je zakryto a prostorová orientace je omezena.
 - Pamatujte, že ani vycházka v kočárku není vhodný čas na okluzi. Neodchází totiž k aktivní stimulaci oka.
 - Můžete motivovat vhodnou odměnou (dle vašeho uvážení), a to až po ukončení práce s okluzorem.
 - Pokud má dítě brýle, nosí je i při okluzi.

Cílem je posílení funkcí slabšího oka. A aby k tomu docházelo, je třeba oko (nezalepené) aktivně používat. Jedná se o tzv. domácí pleoptiku či pleoptická cvičení v domácím prostředí.

Jak správně zvolit aktivity při okluzi?

- Aktivity volte **dle psychomotorického vývoje dítěte**. Nabízejte to, co zvládne a co ho baví. Jinak vypadají aktivity pro dítě v kojeneckém věku, jinak pro batole a jinak pro předškolní dítě.
- Volte **vhodně obtížnost a rozsah** tak, aby dítě bylo motivované činnost vůbec začít, vydržet u ní a také ji dokončit. Začínajte od jednodušších činností, aby bylo dítě úspěšné. Náročnost zvyšujte postupně.
- Využívejte **vhodné podněty dle doporučení** poradkyně rané péče, instruktora stimulace zraku, zrakového terapeuta či ortoptisty. Např. vhodnou velikost obrázků, detailu, komponent. Někdy je třeba přistoupit ke zvýšenému kontrastu či zvýraznění podnětu (lesk, světelné podněty, práce na světelném panelu v zatemnění) apod.
- Během okluze potřebujeme zařadit **aktivity na blízko i v prostoru, kdy dítě kontroluje svou činnost zrakem** – tzv. koordinace oko–ruka, koordinace oko–noha.





Proč může dítě odmítat okluzi?

- Zakrytím funkčně lepšího oka nutíme dítě k používání oka s horšími zrakovými funkcemi (např. snížená zraková ostrost, omezení zorného pole...). Pokud je rozdíl ve vidění větší, je to pro dítě náročné → adaptace může trvat déle.
- V době okluzy nabízíme příliš náročnou aktivitu, případně jsou podněty nedostatečně výrazné či příliš malé (obrázky, detaily, komponenty) → volte vhodné podněty a činnosti tak, aby mohlo dítě zrak využívat. Informace k tomu získáte v rané péči na počátku spolupráce, a to na základě posouzení zrakových funkcí, případně na základě konzultace s instruktorem stimulace zraku, zrakovým terapeutem či poradkyní rané péče.
- Dítě nemusí dobře akceptovat novou věc, změnu, určité omezení. Roli může hrát i věk dítěte, např. období mezi 2.–3. rokem je právem nazývané „obdobím vzdoru“ → je důležité vytrvat.
- V době okluzy má dítě omezenou orientaci v prostoru, je omezeno v pohybu, nemá dobrý přehled o dění v okolí → vytvořte vhodné prostředí, volte vhodné aktivity, aby se dítě cítilo bezpečně a bylo motivováno k činnosti.
- Některé děti mohou mít problém se zpracováním smyslových vjemů (senzorika), mohou různě reagovat na smyslové podněty (dotek, vůně, světlo, chuť). V případě větší dráždivosti tak může působit i okluzor → zde se nabízí možnost zvážit jiný typ okluzoru.

Co se nám v rané péči osvědčilo

- Ukazování a prohlížení obrázků, knížek, vyhledávání v obrázku či na ploše, vkládačky, puzzle, stavebnice, navlékání, různé mozaiky, vypichování, grafomotorické činnosti (vybarvování, kreslení, obtahování, spojování, bludiště), ale i stolní hry jako pexeso či domino apod.
- Tvořivé činnosti s různými materiály jako modelína, písek, těsto, látka, mačkání papíru, vystřihování, bublifuk apod.
- Pokud lze – s ohledem na bezpečnost dle omezení zrakových funkcí na stimulovaném oku – aktivity v prostoru a v pohybu jako: posílání míčků, házení na cíl (míče, kroužky, kuželky...), chůze po čáře či přiměřeně náročná překážková dráha apod.
- Existují i vhodné aplikace pro stimulaci zraku za využití tabletu (ne obrazovka telefonu). Tablet by však neměl vyplnit plný ordinovaný čas okluze a lze ho nabídnout, jen pokud dítě udrží zrakovou pozornost pro efektivní zrakovou stimulaci. Např. poslech pohádky není stimulace oka, i když má dítě oko zakryté.
- Stimulujte v různých polohách dle dovedností dítěte (např. v poloze na bříšku). Podněty a hračky nabízejte tak, aby na ně dítě mohlo sahat a manipulovat s nimi.

Je třeba **dosáhnout aktivního používání nezakrytého oka, zároveň však dítě nepřetěžuj-**
te. Jde o dlouhodobý proces a trpělivost je na místě. Radujte se i z malých pokroků a nezapomeňte za ně dítě ocenit.



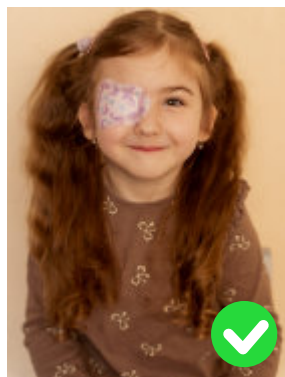
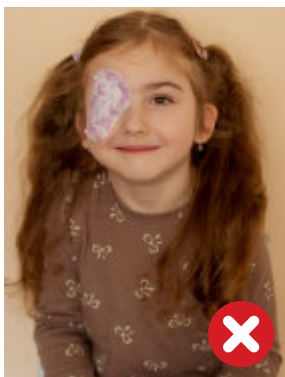
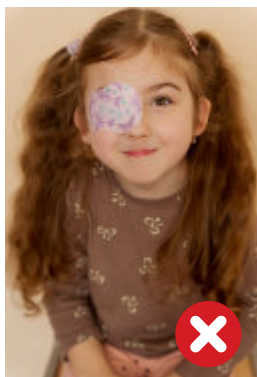






Možnosti a druhy okluze

První volbou je vždy náplastový okluzor, zajišťující kvalitní zakrytí oka. Pokud by lepení přímo na kůži opravdu nebylo možné (alergická reakce, jiná nesnášenlivost), lze zvážit další možnosti.



Okluzory textilní. Ty se nasazují na obrubu brýlí. Je tedy třeba důsledně hlídat, aby dítě někdy „nepodkukovalo“, jinak není okluze efektivní.

Gumový okluzor. Má přísavku a dává se zevnitř na brýle. Opět je třeba důsledně hlídat, aby si dítě brýle neposunulo a „nepodkukovalo“.

Okluzor plastový. Vyrábí se přímo na míru, na obrubu brýlí.

Semiokluze. Můžete se setkat také s tzv. **semi-okluzí**, což je částečně průhledný okluzor. Propustnost folie vždy určuje oční lékař, zrakový terapeut či ortoptista. Může se využívat např. u nystagmu (tzv. kmitání očí). Případně může pomoci v době adaptace na okluzní léčbu, nebo naopak jako udržovací režim (tzv. Bangerterova folie, která nabízí různé míry propustnosti).

Okluzní kontaktní čočka (k té se zpravidla přistupuje, až když ostatní varianty selžou). Jde o neprůhlednou kontaktní čočku a vyžaduje zácvek pro aplikaci a vyndávání čočky.





**Společnost
pro ranou péči**

Jak vám může raná péče pomoci?

Raná péče je preventivní sociální služba pro děti od narození do 7 let. Ve Společnosti pro ranou péči se zaměřujeme na rozvoj zrakového vnímání a psychomotorického vývoje dětí. Od zjištění zrakových obtíží dítěte edukujeme rodiče, jak podpořit jeho zrakové funkce a dovednosti. Cílem je, aby bylo dítě následně co nejvíce samostatné a připravené zvládnout náročnou zrakovou práci v mateřské i základní škole.

Umíme:

- posoudit zrakové funkce a zrakové dovednosti vašich dětí
- zhodnotit výsledky
- doporučit vhodné aktivity k rozvoji zrakových dovedností podle individuálních potřeb dítěte, což zahrnuje aktivity s okluzorem či úpravu prostředí
- vybrat a zapůjčit vhodné pomůcky a hračky
- edukovat rodiče
- spolupracovat s dalšími odborníky – např. oftalmology, speciálními pedagogy, s učiteli

Raná péče probíhá v přirozeném prostředí dítěte, tedy doma. Služba je pro rodiny bezplatná.



KONTAKTUJTE NÁS

Praha a Středočeský kraj

Společnost pro ranou péči
Křížíkova 46, Praha 8
tel. 777 234 036
centrum@ranapec.cz
www.ranapec.cz/praha

Brno

Společnost pro ranou péči,
pobočka Brno
Uzbecká 32, Brno
brno@ranapec.cz
tel. 541 236 743, 777 234 134
www.ranapec.cz/brno

Olomouc pro zrak

Společnost pro ranou péči,
pobočka pro zrak Olomouc
Na Stráni 677/12, Olomouc-Slavonín
olomouc@ranapec.cz
tel. 775 583 359
www.ranapec.cz/olomouc1

Ostrava

Společnost pro ranou péči, pobočka Ostrava
Rodinná 2719/57, Ostrava-Zábřeh
ostrava@ranapec.cz
tel. 774 567 236
www.ranapec.cz/ostrava

České Budějovice

Společnost pro ranou péči,
pobočka České Budějovice
Čechova 164/1, České Budějovice
budejovice@ranapec.cz
tel. 385 520 088, 777 234 032
www.ranapec.cz/ceske-budejovice

Žďár nad Sázavou

Detašované pracoviště Společnost pro ranou
péči, pobočka Brno
Dolní 165/1, dveře č. 310, Žďár n. Sázavou
tel. 777 234 134

Zlín

Detašované pracoviště Společnost pro ranou péči,
pobočka pro zrak Olomouc, se sídlem ve Zlíně
Burešov 4886, Zlín
kontaktní osoba: Mgr. Eva Novotná, tel. 770 131 315

Užitečné odkazy:

Více o rané péči



E-shop



POTŘEBUJETE VÍCE INFORMACÍ?

Zavolejte nám na jednotnou kontaktní linku rané péče ČR



+420 774 334 114