

CHARLES BONNET SYNDROM

Instituttet
for Blinde og Svagsynede

Helt eller delvist tab af syn kan få mennesker til at se syner. Hallucinationerne er et resultat af, at hjernen skaber billeder, når synet forsvinder. Det kaldes for Charles Bonnet Syndrom (CBS).



Når Anne sætter sig foran fjernsynet for at høre nyheder, ser hun en orange kat bag fjernsynet. Hun ser katten ganske klart og tydeligt, men er godt klar over, at den ikke findes i virkeligheden. Anne har nemlig Charles Bonnet Syndrom (CBS) og hun ser dagligt ting, som hun ved ikke er virkelige.

SYNSTAB OG HALLUCINATIONER

10-40 % af de mennesker, der mister en del af synet, bliver ramt af CBS. Syndromet kan ramme mennesker i alle aldre og har ikke sammenhæng med synstabets størrelse. CBS er ikke tegn på psykisk sygdom eller demens. Mennesker, som føler sig ensomme, socialt isolerede, er inaktive eller stressede er i øget risiko for at få CBS.

Hallucinationerne er en normal og ufarlig reaktion fra hjernen, når synet forsvinder. Hjernen er vant til at bruge meget energi på at se og forstå verden omkring os, så når synsindtrykket pludselig forsvinder eller begrænses, så forsøger hjernen stadig at skabe mening ved selv at danne billeder. Det er hjernens måde at reagere på en ny og uventet situation.

CBS opleves meget forskelligt. For nogle forsvinder det af sig selv, i takt med at hjernen vænner sig til, at synet er væk. Der kan gå alt fra få uger til flere måneder. For andre, kan CBS vare i flere år. Hallucinationerne kan vare alt fra få minutter til at være en konstant følgesvend.

HVILKE HALLUCINATIONER FÅR MAN?

Når man har CBS, kan man se alt fra lokomotiver, der kører gennem haven og mennesker, der sidder i ens stue, til simple mønstre.

Hallucinationerne:

- Kan bestå af simple mønstre, lysglimt eller være komplekse og bestå af billeder af mennesker og dyr.
- Kan være bevægelige eller statiske.
- Er sjældent uhyggelige, men de kan være meget forstyrrende, hvis de er realistiske.
- Er lydløse.
- Fremstår typisk meget klare og tydelige, modsat omgivelserne.

BEHANDLING

Der findes ikke en specifik behandling for CBS. Normalt forsvinder det af sig selv, i takt med at hjernen vænner sig til, at synet er væk. Der kan gå alt fra få måneder og op til flere år. Derfor skal der arbejdes med problemerne pædagogisk. Især fordi mange med CBS undlader at tale om hallucinationerne, da de frygter, at andre vil se dem som psykisk syge eller demente.

På næste side er der gode råd til professionelle og mennesker med CBS. Det er vigtigt at være opmærksom på, at det ikke er alle metoder, der virker for alle.

GODE RÅD TIL SELVHJÆLP

- Sørg for at være udhvilet ved at afholde regelmæssige pauser og få nok søvn.
- Ændr lysforhold. Det kan hjælpe at skrue op eller ned for lyset.
- Lav øjengymnastik – bevæg øjnene fra højre mod venstre. Gør det 15 gange, mens du bevæger hovedet, hold en kort pause og gentag 4-5 gange mere.
- Stir på hallucinationen og blink hurtigt. Ræk derefter ud og forsøg at røre hallucinationen.
- Bevæg dig rundt og løs en opgave.
- Tal med dine nærmeste om hvad du oplever, så du ikke er alene med oplevelserne.

GODE RÅD TIL AT HJÆLPE PERSONEN MED CBS

- Hjælp personen med at normalisere oplevelserne, uden at negligere at hallucinationerne kan være ubehagelige.
- Tal med personen om hallucinationerne.
- Mind om, at hallucinationerne varer mellem få måneder til år og gradvist aftager i omfang og styrke.
- En humoristisk tilgang kan hjælpe nogle.
- Tal om hjernens evne til at kompensere og se om det kan skabe fascination.

- Undlad at tolke og psykologisere over hallucinationerne.
- Mind om, at han eller hun ved, at synerne ikke er virkelige.
- Hold personen beskæftiget, når hallucinationerne er tilstede.
- Instruer i øjengymnastik.
- Foreslå personen at ændre belysningen.
- Hjælp personen med at undgå stress og træthed.

DET SKAL DU VIDE

- Det er en god idé – både for personen med CBS, pårørende og professionelle – at indhente viden om CBS.
- Det er vigtigt at være på forkant i formidlingen af CBS, så personer som kan risikere at udvikle CBS er forberedte.
- Personer med CBS fortæller typisk ikke om deres oplevelser, hvorfor det er vigtigt at spørge direkte ind til om de ser hallucinationer.
- Medicinsk personale screener almindeligvis ikke for CBS, derfor er fokus på og viden om CBS vigtigt at udbrede.
- Ofte når mennesker oplever et synstab, kan man få angst eller en depression, hvorfor man bør opsøge egen læge.

KONTAKT

AKUTTJENESTEN

Du er altid velkommen til at kontakte Akuttjenesten. Akuttjenesten er et team af krisepsykologer og socialrådgivere, som er her for at støtte og rådgive i situationer med akut synstab.

Vi tilbyder gratis hjælp inden for 3 - 5 hverdage til borgere, pårørende og personale.

Ring: 21 45 45 49



IBOS - Instituttet for Blinde og Svagsynede
Rymarksvej 1 · 2900 Hellerup
ibos@kk.dk · www.ibos.dk
tlf. 39 45 25 45

Instituttet
for Blinde og Svagsynede