

Over glaucoom

Visio 

Een leven vol
mogelijkheden met **glaucoom**



 Luister

Laat je mogelijkheden zien.

Misschien heb je net gehoord dat je glaucoom hebt en moet je nog wennen aan het nieuws? Of je merkt al langer dat je zicht verandert en zoekt naar manieren om hiermee om te gaan? Wat jouw situatie ook is, leven met glaucoom roept vaak vragen op: wat betekent het voor je werk, je hobby's, je zelfstandigheid?

Bij Koninklijke Visio denken we met je mee. We helpen je stappen te zetten die jouw leven met glaucoom makkelijker maken. Bijvoorbeeld met hulpmiddelen, tips en ondersteuning.

Zo ontdek je nieuwe mogelijkheden die bij jou passen, om zo zelfstandig mogelijk te blijven en van het leven te genieten.

Wat is glaucoom?

Glaucoom is een ziekte aan je oog, waarbij de oogzenuw langzaam beschadigd raakt. Dit wordt niet beter. Vaak komt het door een verhoogde oogdruk, maar je kunt het ook krijgen bij normale oogdruk. Daardoor zie je steeds minder aan de zijkanten van je zicht. Als glaucoom vroeg ontdekt en behandeld wordt, kan het zijn dat je er nooit last van krijgt. Als glaucoom niet wordt behandeld, kan het uiteindelijk leiden tot tunnelzicht, waarbij het lijkt alsof je door een koker kijkt, of blindheid.

Er zijn verschillende vormen van glaucoom. Elke vorm verloopt anders. Meestal ontstaat glaucoom in beide ogen, maar het ene oog kan meer last geven dan het andere.



Gevolgen van glaucoom in je dagelijks leven

Glaucoom heeft invloed op je zicht en daarmee ook op je dagelijks leven. Omdat glaucoom zich langzaam ontwikkelt, merk je in het begin vaak weinig. Als je zicht steeds minder wordt, kun je nieuwe uitdagingen ervaren. Iedereen ervaart het anders.

Misschien herken je dit:

- Je mist dingen in je ooghoeken en loopt soms ergens tegenaan.
- Binnen en buiten is het lastiger om je weg of een voorwerp te vinden.
- Lezen, gezichten herkennen of ondertiteling volgen wordt lastiger.
- Fel licht geeft last.
- Naar buiten gaan voelt onveilig, vooral bij fel licht of als het donker is.
- Activiteiten zoals werken, koken, autorijden of hobby's vragen meer energie of aanpassingen dan voorheen.

Iedereen gaat anders om met deze veranderingen. Je kunt je gefrustreerd of onzeker voelen of dingen gaan vermijden. Je omgeving begrijpt misschien niet altijd wat glaucoom voor jou betekent. Gelukkig is veel mogelijk, vooral als je weet hoe je hiermee om kunt gaan.

Hoe kunnen we je helpen?

Wist je dat er mogelijkheden zijn voor begeleiding en revalidatie zodra je hoort dat je glaucoom hebt? Niet pas als het echt niet meer lukt, maar juist om zo vroeg mogelijk te leren omgaan met veranderingen in je zicht.

Hoe eerder glaucoom wordt vastgesteld en behandeld, hoe beter je de gevolgen kunt beperken. Je zult merken dat veel van de dingen die je graag doet, mogelijk blijven, maar soms op een andere manier.

Je oogarts behandelt glaucoom, Visio ondersteunt je bij het omgaan met de gevolgen. Wij zijn gespecialiseerd in het begeleiden van mensen die slechtziend of blind zijn. Jaarlijks helpen wij veel mensen met glaucoom. Samen kijken we naar jouw situatie: waar loop je tegenaan, wat wil je bereiken en hoe kunnen we dat mogelijk maken?

Onze begeleiding is persoonlijk en praktisch, bijvoorbeeld:

- **Advies en training:** voor je dagelijks leven, zoals leren hoe je veilig kunt bewegen buiten of slim omgaan met licht en contrast in huis.
- **Tips over hulpmiddelen:** van sprekende horloges tot programma's waarmee je letters en kleuren beter kunt zien, van vergrotingsopties op je telefoon tot verlichting die je met je stem bedient. Soms sturen we je hiervoor door naar een organisatie waar we mee samenwerken.
- **Werk en studie:** advies over aanpassingen op je werkplek of begeleiding als je (weer) aan het werk wilt.
- **Omgaan met veranderingen:** psychologische begeleiding als je merkt dat je niet lekker in je vel zit, of als je vastloopt in het contact met anderen.
- **Inzicht geven aan je omgeving:** soms helpt het als partners, familie of collega's beter begrijpen wat jij ervaart.

Zo helpen we je om zo zelfstandig mogelijk te blijven en je leven zo in te richten dat je meer energie overhoudt.

Ervaringen over leven met glaucoom



Jan de Brabander
72 jaar



"Ik heb mijzelf manieren en trucs aangeleerd, waardoor ik dingen beter kan zien. Ik zorg dat alles in mijn (beperkte) gezichtsveld allemaal een eigen plekje heeft en waar nodig een contrasterende kleur."



Rinske Westerhout
46 jaar

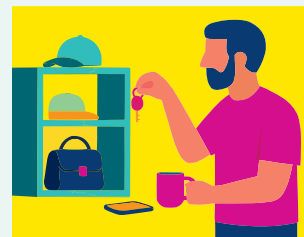
"Toen mijn zicht onverwachts minder werd, ben ik bijgestaan door Visio. Ik kon er terecht met al mijn vragen. Wat heb ik veel gehad aan die ondersteuning! Door doorzettingsvermogen en de goede begeleiding kan ik nu, na een aantal pittige jaren, zeggen dat ik het geluk en mijn draai weer heb gevonden."

Doorverwijzing en vergoeding

Je zorgverzekering betaalt de begeleiding van Visio. Je moet wel een deel zelf betalen (het eigen risico). Je hebt hiervoor een verwijzing nodig van je oogarts of andere medisch specialist, vraag hier gerust om.

Word je ook ergens anders behandeld? Geen probleem, wij werken graag samen met andere zorgverleners.

Handige tips op het Visio Kennisportaal



Geef je spullen **een vaste plek**. Zo vind je ze makkelijk terug en kost het zoeken minder energie.



Verbeter de verlichting in huis. Denk aan **extra licht** bij het lezen, maar zorg wel dat de lamp niet in je ogen schijnt.



Kies **voorwerpen met felle kleuren** en zorg voor genoeg contrast. Zo zie je ze beter.

Meer informatie of aanmelden?

Wil je meer weten over de mogelijkheden of je aanmelden bij Visio? Wij denken met je mee:

- Bel ons Cliëntservicebureau via **088 585 85 85**.
- Bezoek een vrijblijvend inloopspreekuur bij een Visio-locatie in jouw buurt.
- Kijk op **visio.org** of ontdek alvast de mogelijkheden op **kennisportaal.visio.org**.

visio.org



Koninklijke Visio
expertisecentrum voor
slechtziende en blinde mensen