

Fire kendtes opfordring til danskerne: Tjek dit syn!

Det kan være invaliderende i ikke at kunne se helt skarpt. Det ved kokken Claus Holm, skuespiller Bodil Jørgensen, journalist og studievært Monica Krog-Meyer og kunstner Per Hillo alt om. De har alle oplevet problemer med synet men også den store forskel det gør, at kunne se tydeligt i hverdagen. Og deres råd er klart – tjek dit syn!

11. oktober er udnævnt af WHO til Verdens Synsdag. Derfor sætter Øjenforeningen og Optikerforeningen synet på dagsordenen på selve dagen og resten af oktober med den landsdækkende kampagne #tjekditsyn.

De to foreninger beder bl.a. danskerne om at dele deres seriøse, sjove og underfundige historier om, hvordan de opdagede, at de havde problemer med synet på Facebook og Instagram, og i den anledning deler de fire ambassadører: Claus Holm, Bodil Jørgensen, Monica Krog-Meyer og Per Hillo også deres historier med synet.

Irriterende briller blev til vartegn

Den fynske kok Claus Holm (41 år) er kendt for sin ligefremme tilgang til mad, sin karakteristiske hat og markante sorte briller. Lige netop brillerne var Claus Holm rigtig mange år om at få. Ikke, fordi han ikke havde brug for dem, men fordi han ikke lige tænkte på, at hans dårlige syn kunne være et problem.

1. Hvordan opdagede du, at du havde problemer med synet?

- Jeg er oprindelig født med bygningsfejl, så jeg har nærmest aldrig kunne se noget på det ene øje. Til gengæld har det andet øje altid været superskarpt.
- For omkring 10 år siden kom det snigende. Flere gange tænkte jeg: "Det var pokkers". Fodboldkanalerne var irriterende, for spillerne blev mindre og mindre, og jeg sad på sofakanten for at følge med i kampene. Jeg negligerede det i starten, men til sidst var der ingen vej udenom, og jeg fik mit første par briller.

2. Hvordan fik du løst det?

- Længe brugte jeg kun brillerne hjemme og tog dem af, når jeg skulle ud. Det var egentlig utroligt dumt, men jeg var ikke nået til den accept af, at jeg havde brug for brillerne.
- Lige før jeg brød igennem på tv, fandt jeg de fedeste briller, som jeg faldt pladask for: En sort, fed morfar-brille. Det var noget af en ahaoplevelse at få de briller på, og i dag har jeg faktisk fire par – de sorte, kørebriller, skærmbiller og briller med glidende overgang.

3. Hvad betyder det for dig at have et godt syn?

- Det betyder ALT for mig. Jeg kører blandt andet 6.000 kilometer om måneden, så det er vigtigt for mig at have et godt syn. I dag kan jeg også læse uden at få hovedpine, hvor jeg før blev hurtigt træt i øjnene.

4. Har du et godt råd til andre?

- Føler du der er et eller andet, så få det tjekket. Øjet er din sjæl – så pas på det. Kom nu bare afsted – alt andet er dumt.

Fik hele verden tilbage med briller

Uanset om det er i Badhotellet eller i Rytteriet, gør Bodil Jørgensen (57 år) et uudsletteligt indtryk, og skuespilleren har for længst cementeret sin status, som en af Danmarks absolut dygtigste inden for sit fag. Talentet havde ikke behov for andet end læsebriller, indtil en alvorlig ulykke svækkede Bodil Jørgensens syn markant.

1. Hvordan opdagede du, at du havde problemer med synet?

- De første tegn kom i slutningen af 40'erne, hvor jeg pludselig opdagede, at jeg ikke kunne læse varedeklarationen på maden i Brugsen eller se ingredienserne i en opskrift. Som så mange andre, startede jeg med et par billige briller fra Tiger-butikken, men de holdt jo ikke i længden.
- Da jeg for nogle år siden var ude for en ulykke, blev mit syn svækket markant, og jeg følte, at jeg vågnede op til en sløret verden.

2. Hvordan fik du løst det?

- Jeg gik til optikeren for at få tjekket mit syn, for det var som om, at jeg havde mistet horisonten. Jeg kunne kun se det, der var helt tæt på, hvis jeg vel og mærke havde læsebriller på. Løsningen blev et par briller med glidende overgang, og pludselig fik jeg hele verden tilbage. Det var lidt dyrt, men også helt fantastisk.

3. Hvad betyder det for dig at have et godt syn?

- Synet er en af vores vigtigste sanser, og jeg kan godt lide, at man kan falde i staver ved et syn. Jeg føler mig lykkelig, når jeg ser fuglene spise de korn, jeg har smidt ud til dem, og når jeg giver mig selv tid til at sidde og kigge ud i luften med en kop kaffe og lade tankerne vandre.

4. Har du et godt råd til andre?

- Pas på dine øjne og få hjælp, hvis du fornemmer, at du ikke ser helt skarpt længere.

Et klart syn er en livskvalitet

Monica Krog-Meyer (68 år) har en stemme, der har prydet dansk radio i en menneskealder. Hun har også sat sit præg på den offentlige debat, senest med en klumme om den pagt hun har sluttet med sin krop og de forandringer, der kommer med alderen – blandt andet, når synet forringes.

1. Hvordan opdagede du, at du havde problemer med synet?

- Jeg har altid haft et virkelig godt syn, og er decideret langsynet.
- Da jeg var cirka 45 år gammel, havde jeg en skøn weekend, hvor jeg ikke skulle andet end at læse en virkelig god, tyk bog. Mandag morgen havde jeg en dundrende hovedpine. Jeg talte med en veninde, der var så klog at anbefale mig at få tjekket mit syn. Hos optikeren fandt jeg ud af, at der var god grund til hovedpinen. Jeg skulle SÅ meget have læsebriller.

2. Hvordan fik du løst det?

- Først fik jeg læsebriller. De røg af og på, blev væk og dukkede op igen. Senere fik jeg trifokale briller, så jeg kunne se langt, se på computeren og læse. Dem bar jeg fast, så det var nemt.
- Nu er jeg tilbage med læsebriller efter at være blevet opereret for grå stær på begge øjne. Det er utroligt pludselig at kunne se, uden at skulle gå rundt med briller, men bare fiske dem frem, når jeg skal læse.

3. Hvad betyder det for dig at have et godt syn?

- Netop fordi jeg altid har haft et meget fint syn, er det en livskvalitet stadig at kunne se klart.

4. Har du et godt råd til andre?

- Hvis man jævnligt har hovedpine, så er det i hvert fald godt at få konstateret, om det er på grund af synet. For det er der råd for. Måske ikke råd TIL det, men så ved man i hvert fald hvorfor.

Fik øjnene op for egen kunst

Han har udstillet i hele verden og skabet en bronzeskulptur til Dronning Margrete. Og der er ingen tvivl om, at Per Hillos kunst er exceptionel. Men selv om kunstneren selv troede, at han så sine farvestrålende

malerier lige så tydeligt som alle andre, blev det et visit fra en kunstinteresseret optiker, der åbnede Per Hillos øjne for hans synsproblemer.

1. Hvordan opdagede du, at du havde problemer med synet?

- Jeg vidste faktisk ikke, at mit syn fejlede noget, andet end hvad der kunne afhjælpes med billige læsebriller, som bare lå overalt i huset, så der altid var et par til rådighed.
- Men så fik jeg besøg af en kunde, der var optiker. Hun købte en del malerier, kiggede på mig og spurgte, om jeg var sikker på, at mit syn var i top?

2. Hvordan fik du løst det?

- Jeg fik det så tjekket hos hende og endte med at få rigtige briller.
- Det vildeste er, at da jeg kom hjem med brillerne og så mine egne malerier, blev jeg helt forskrækket over, hvor klart de stod. Så, ja hun havde haft ret. Synet var vist ikke helt i top.

3. Hvad betyder det for dig at have et godt syn?

- Det vil være ærgerligt ikke at have et syn, som gør, at man kan nyde alt det, verden tilbyder. Når nu det kan lade sig gøre.

4. Har du et godt råd til andre?

- Få tjekket synet regelmæssigt, så dit syn altid er så godt som muligt.

FAKTA:

Sådan tjekker du dit syn

Sæt dig på en stol og kig på dit fjernsyn eller i en bog. Hold en hånd op foran det ene øje og fokuser på billedet eller teksten. Er synet ligesom sidst? Eller er der noget, der er forandret? Herefter gentager du øvelsen på det andet øje.

Ved at tjekke dit syn løbende, kan du opdage problemerne og reagere på symptomerne i tide. Oplever du ændringer i synet, bør du altid få foretaget en yderligere undersøgelse hos en optiker eller øjenlæge.

For yderlige information eller interview kontakt:

Marijke Vittrup, direktør i Øjenforeningen
mv@ojenforeningen.dk, mobil: 93 73 11 00

Lone Helleskov, kommunikationschef i Optikerforeningen
lh@optikerforeningen.dk, mobil: 93 63 42 46

(Tekst og foto er til fri afbenyttelse med kildehenvisning til Øjenforeningen og Optikerforeningen)