

THUISTEST

OOGVOLGBEWEGINGEN ONDERZOEKEN BIJ KINDEREN EN JONGEREN

www.neurovisueelcentrum.nl



Thuistest Neurovisueelcentrum

Deze thuistest helpt om te observeren hoe goed beide ogen samenwerken. Het is een eerste, globale screening van de oogcoördinatie.

Bij het volgen van een bewegend voorwerp leveren de ogen normaal gezien slechts een kleine inspanning. Toch ervaren sommige kinderen, jongeren en ook volwassenen moeite om langer scherp te stellen op één punt, bijvoorbeeld tijdens het lezen. Zelfs een kleine afwijking in de oogstand kan het visuele systeem uit balans brengen. Dat kan leiden tot ontwikkelingsproblemen, visuele klachten en leesproblemen.

Mogelijke signalen zijn onder andere dansende of verspringende letters, hoofdpijn, concentratieproblemen, motorische onrust en een duidelijke weerstand tegen lezen.

Het is belangrijk dat de ogen een bewegend object vloeiend en gelijkmatig kunnen volgen, zonder dat het hoofd meebeweegt. Wanneer deze oogvolgbeweging of leesbeweging stroef verloopt of niet symmetrisch is, is het aan te raden om de onderliggende oorzaak verder te laten onderzoeken.

OOGVOLGBEWEGING TEST 1

- Laat de proefpersoon rechtop op een stoel zitten.
- U houdt een pen op ongeveer 35 cm voor de neus.
- Zorg ervoor dat u recht tegenover de proefpersoon zit.
- Beweeg de pen vijf keer rustig van links naar rechts en terug.
- De proefpersoon volgt de pen alleen met de ogen, zonder het hoofd mee te bewegen.
- Beweeg uw hand of vinger horizontaal op neushoogte van links naar rechts en weer terug.



Tijdens deze oefening kunt u de samenwerking tussen beide ogen observeren. De oogbewegingen horen soepel, gelijkmatig en uitsluitend horizontaal te verlopen, zonder haperingen, tikken, schokjes of wegschieten.

Let ook op non-verbale signalen. De proefpersoon zou een ontspannen gelaatsuitdrukking moeten behouden.

Draagt de proefpersoon een bril, voer de test dan met bril uit. Noteer uw observaties zorgvuldig.

Let daarbij onder andere op mogelijke signalen zoals:

- één oog verspringt
- oog schiet weg
- fronsen
- knipperen
- golvende beweging van de ogen

Wanneer de ogen tijdens de test niet gelijk en vloeiend volgen en bijvoorbeeld wegschieten, kunt u besluiten dat de samenwerking tussen de ogen niet optimaal verloopt. Vaak ziet een kind haarscherp, maar vraagt die samenwerking veel inspanning.

De oogbeweging die u hier observeert, is vergelijkbaar met de bewegingen die de ogen maken tijdens het lezen. Als het volgen van een regel moeilijk is, wordt lezen al snel vermoeiend en verwarrend. Dat kan zich uiten in dansende of verspringende letters, hoofdpijn bij concentratie en lezen, het voortdurend nodig hebben van een vinger onder de zin of motorische onrust tijdens het lezen.

NEUROVISUEELCENTRUM

NATALIE CHRISTIAENSEN

BISSCHOPSMOLENSTRAAT 90/92
4876 AP ETTEN-LEUR
INFO@NEUROVISUEELCENTRUM.NL
+31 62 8634780



THUISTEST

OOGVOLGBEWEGINGEN ONDERZOEKEN BIJ KINDEREN EN JONGEREN

www.neurovisueelcentrum.nl



OOGVOLGBEWEGINGS TEST 2

Laat de proefpersoon rechtop tegenover u staan, op ongeveer drie meter afstand. De voeten staan licht uit elkaar, de armen hangen ontspannen langs het lichaam en het hoofd staat recht boven de romp. Ga zelf recht voor de proefpersoon staan.

Observeer eerst of beide handen op gelijke hoogte hangen. Vraag vervolgens de proefpersoon om naar uw neus te kijken. Daarna laat u het hoofd langzaam horizontaal draaien, alsof men "nee" schudt, in het tempo van de secondewijzer van een klok.

Belangrijk: tijdens de hele hoofddraai blijft de proefpersoon onafgebroken op uw neus focussen.

Op dit moment kunt u de samenwerking tussen zien en lichaamshouding observeren. De hoofddraai beweging hoort vloeiend en los te verlopen, zonder kantelen van het hoofd en zonder dat romp of schouders meedraaien. Wanneer de samenwerking tussen de ogen moeizaam is, zal het kind het lichaam vaak als een soort statief gebruiken. De romp roteert dan mee, alsof alles strak aan elkaar vastzit.

Dit is goed zichtbaar wanneer hoofd en romp niet los van elkaar bewegen. Het hoofd/ de nek zou vrij moeten kunnen draaien zonder dat het lichaam meebeweegt. Bij een verstoorde samenwerking is vaak extra spanning vanuit de nek nodig om scherp te blijven zien. Deze thuistest geeft een eerste indruk van hoeveel moeite het kost om met beide ogen samen te werken. Het is een indicator, geen meetinstrument.

Bij vragen of twijfel is verder onderzoek altijd aangewezen. Wanneer de visuele horizon scheef wordt waargenomen en het lichaam gaat compenseren, raakt het systeem uit balans. Dit kan leiden tot klachten zoals leesproblemen, hoofdpijn en vermoeidheid, ed.

U kunt vrijblijvend contact opnemen: info@neurovisueelcentrum.nl. Meer info vindt u op www.neurovisueelcentrum.nl en via Facebook en Instagram.



NEUROVISUEELCENTRUM

NATALIE CHRISTIAENSEN

BISSCHOPSMOLENSTRAAT 90/92
4876 AP ETTEN-LEUR
INFO@NEUROVISUEELCENTRUM.NL
+31 62 8634780



@neurovisueelcentrum