

Princips 20 / 80 optometrijā

Kā tas viss sākās...

Internatūras ietvaros viena mēneša cikls BRAC

Pirmajā dienā nezināju, ne kas ir astigmātisms, ne ambliopija.

Pirmās nedēļas beigās jau pastāvīgi izmeklēju mazo pacientu, izrakstīju brilles, nozīmēju terapiju un rakstīju konsultanta slēdzienu

. Piespiedu pārslodze pastāvīgā darba sākumā 5.poliklīnikā – pusslodze nepieciešamo 2 slodžu vietā. Divas dienas nedēļā profilaktiskās pārbaudes skolās un bērnudārzos

.Viena diena nedēļā poliklīnikā - 6 stundas ar 10 pacientiem stundā, bez māsiņas. Neizprotama entuziasma dēļ vēl divas stundas pirms un divas pēc oficiālā darba laika.....sekojoša bezmiega nakts, jo smadzenes nespēja atslēgties...

No 1993.gada 25.janvāra darbs optikā Ķengaraga ielā 8

- Pilns pieraksts, pacients katru pusstundu.
- Kolēģu acu ārstu atsūtītie problemātiskie pacienti

No 2000.gada uzvedības optometrija

- Tuvuma redzes funkciju nozīmīgums un Skefingtona mācība par tuvredzības izcelsmi un funkcionāliem redzes traucējumiem – holistisks skats uz visiem šiem procesiem
- Skeffingtona 21 punkta sistēma
- Brīnišķīgi – bet pusstundā neiekļauties.....

Grāmata “Princips 80/20” jeb kā sasniegt vairāk

darot mazāk” Ričards Kohs 2005. gads

• Pareto principu 1897. gadā atklāja itāļu ekonomists Vilfredo Pareto

• 1949: Zipfa “Vismazākās piepūles princips”

• 1951: Džurana “Nozīmīgākā mazākuma likums”

• Iekšdedzes dzinējs ir lielisks apliecinājums: 80% enerģijas tiek izšķiesta dzinējā, tikai 20% nokļūst līdz riteņiem, kas ražo 100% jaudas

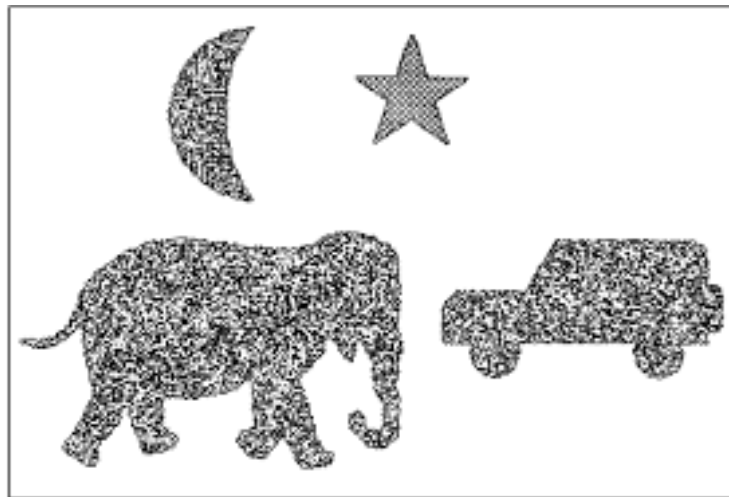
Pamazām veidoju savu sistēmu

- Pamazām veidoju savu sistēmu , atmetot visu, ko vien var nedarīt, lai nonāktu pie rezultāta.
- Galvenais – klausīties pacientā – īstenībā visu pasaka priekšā
- Piemēri:
 - “Vairs neko neredzu “ – jauns cilvēks – Objektīvi : Vou 1.0
 - “Visu redzu, tikai nevaru palasīt” – kungs gados
 - Objektīvi Vou 0,1 cc 2.0D = 1.0. Skats laukā pa logu – jā, ļoti labi, bet bez korekcijas – vēl labāk.....nekad šeit progresīvas brilles nerakstītu....

- Vadošās acs noteikšana tālumā un tuvumā
- Monokulāra labākā koriģētā redzes asuma noteikšana pēc visiem likumiem
- Binokulāri – pirmā reakcija – uzmanība kāda?
- Binokulārā redze – Šofera krusts - punkts caur sarkanzaļajiem filtriem – punkts bez filtriem

Tuvuma funkcijas

.Stereoredze – Lang tests – pieaugušie visbiežāk mašīnas vietā redz zivi ??? Kultūrslānis.....



.Sešgadīgs puisēns :“Mašīna naktī brauc virsū zilonim”

- +2.0 D prove – kā redzes sistēma atslābinās – skaitu laiku
- Iespējams izrakstīt pirmreizējās brilles skolēnam bez cikloplēģijas... ja neredz pēc 20 sek – tekstu tuvinu.... iespējams akomodācijas spazms – seko cikloplēģija
- PRA – sāku ar -2.0 D sph (pēc Skeffingtona - pietiekoša akomodācijas rezerve komfortablām darbām tuvumā) – lasa atbilstoši V 0.7 redzes asuma tekstu vismaz trīs teikumus – kā lasa.... var sākt, bet drīz “aizpeld “ tad samazinu dioptrijas... būtiska laika ekonomija...

.Konverģence uz punktu kartes nevis konverģences tuvuma punkts, kur ir optiskā plūsma pēc *James J. Gibson* “The Ecological approach to visual perception”

.Svarīgāk: **Kā?** nevis **Cik?**

Paldies par uzmanību!

if you're always trying to be normal,
you will never know how amazing you can
be.
-Maya angelou

