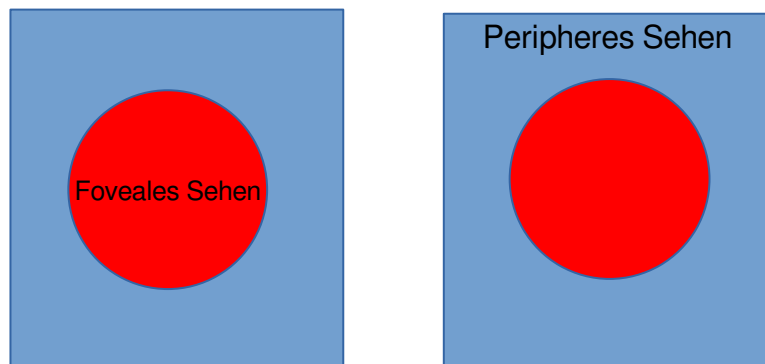


2009 war für mich ein schreckliches Jahr!

Mein Vater starb. Kurz danach wollten wir in Urlaub fahren. 2 Tage vorher mußte ich ins Krankenhaus. Mit einer undefinierbaren Sehstörung ging ich nach 2 Wochen wieder nach Hause. De Fakto hatte ich einen dissoziativen, zyklorotatorischen Nystagmus, d.h. die Augen bewegten sich. Schrecklicherweise das linke Auge schneller, als das rechte. Mein Körper mußte diese seltsame Optik komplett ausgleichen. Da das eigentlich niemand aushalten kann gibt es auch keine Möglichkeit dabei zu helfen. Ich stand körperlich wie ein kleines Kind ganz am Anfang, jedoch hatte ich niemanden, von dem ich mir etwas absehen konnte. Ein sehr bewegender Moment für mich war den Titel „unsichtbare Störungen“ eines Workshops der ZNS Hannelore Kohl Stiftung für eine Veranstaltung auf Usedom las. Der Titel verdeutlichte mir, dass etwas getan werden mußte, meine Behinderung sichtbar zu machen, damit andere Menschen mir die nötige Rücksicht entgegenbringen können und merkten, dass sie das Gewohnte nicht mehr von mir erwarten können. Zu Beginn kam ein Optiker auf die Idee das Glas einer Brille einseitig abzuschleifen, damit ich wenigstens ein bisschen Ruhe habe. Das Sehen setzt sich immer aus dem anstrengenden fovealen, zentralen und dem weniger anstrengenden peripheren, randständigen zusammen. Das foveale Sehen konnte dadurch reduziert werden. Um die ganzen Bilder zu sammeln schreibe ich dies, damit vielleicht jemand anderem schneller geholfen werden kann.



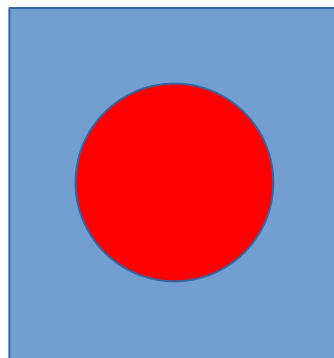
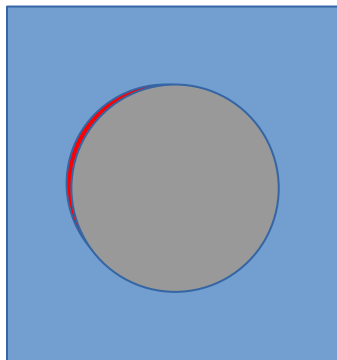
2009 wußte man mir nicht zu helfen und für mich wackelte alles, was mich schier wahnsinnig machte.

2010 Ein Optiker kam auf die Idee mir ein Brillenglas einseitig abzuschleifen und ich hatte erstmal ein wenig Ruhe.



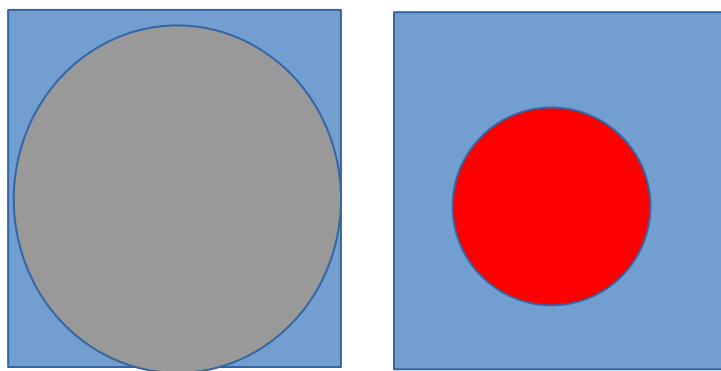
Da ich kein Brillenträger bin bekam ich eine (Abdeckungs-) Okklusionslinse. Erst eine weiche, dann eine harte.

2012-2014



Durch das Verrutschen der Kontaktlinse beim Lidschlag wurde das foveale Sehen immer wieder frei.

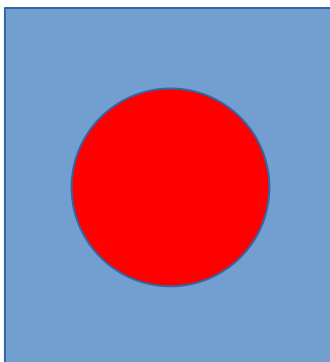
2015 machte ich mir eine Abdeckung an das linke Brillenglas



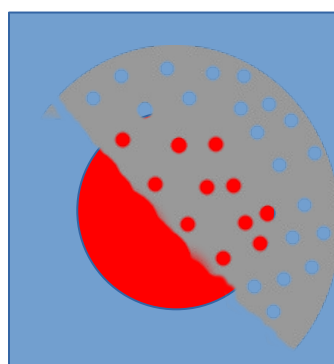
Links war damit das foveale und periphere Sehen schon recht gut reduziert. Einfallende Lichtstrahlen lähmten aber zum Teil meinen ganzen Körper.

2017 kümmerte ich mich darum für mein rechtes Auge die Sicht zu optimieren. Ich testete den Kantenfilter gelb und um den unmerklichen Stress für mein Gehirn zu reduzieren empfahl mir ein Arzt keine Gleitsichtbrille mehr zu tragen. Ich habe nun ein gelbes Bifokalglas, womit der Körper dann eindeutig durch die unterschiedliche Sicht und die sichtbaren Grenzen der Leselinse vom Lesemodus einen Schalter umlegen kann und in den Normalmodus wechselt. JEDER ZNS-Geschädigte könnte eine Brille mit gelbem Fensterglas tragen, die ungekannte Sicherheit gibt! Genauso sollte dies auch älteren Personen Hilfe bringen. Die denen das zu peinlich ist sollten sich mit einem gelben Sticker markieren.

2019 begann ich das Auge links komplett abzukleben, damit von nirgendwo mehr Lichtstrahlen eintreten konnten. Auf die Abklebung mußte ich optische Ablenkungen kleben, da meine Angucker sonst in den Fight or Flightmodus des Reptiliengehirns kamen und mich verbal angriffen oder ignorierten. Das war schrecklich!



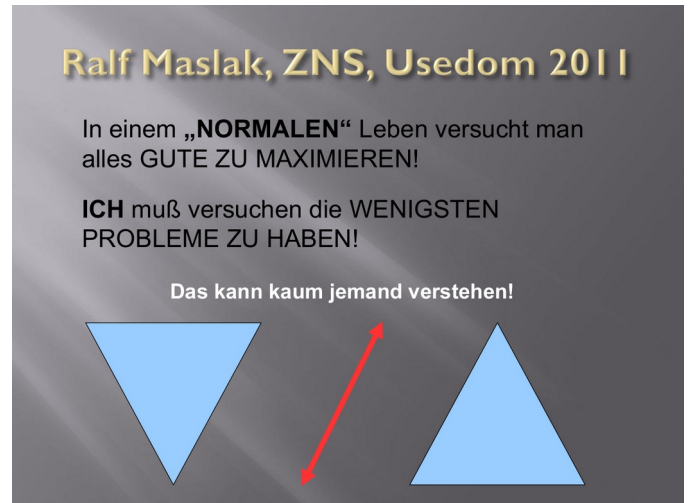
2022 hatte ich den Gedanken, dass ich den fovealen Sehbereich des rechten Auges noch einschränken muß. Ich hatte mir einmal eine Rasterbrille gekauft und schnitt sie paßgenau zu, ließ ca. 1,5 cm über der Leselinse frei und färbte sie von schwarz nach bronze, damit niemand Angst bekommt.



13 Jahre hat es mich nun gekostet mein Sehen so einzuschränken, dass man auch von außen erkennen kann, dass mein wichtigster Wahrnehmungssinn von 100% auf 10-20% gesunken ist. Durch diese Reduktion der Sehkraft bin ich aber auch sehr feinfühlig geworden! Ich merke negative Dinge ganz anders, als selbst der Erzeuger. Mittlerweile weiß ich es zu deuten, wenn meine Intuition mir sagt: Halt Dich von der Person fern! Früher war ich davon überrumpelt und konnte es nicht einordnen.

Es hat sich sehr geändert, wie ich aussehe. Aber wie ich denken muss ist seit 2009 gleich geblieben!

Ich MUSS anders leben, als alle anderen!



Den Spagat, dass mein Geist rast, aber mein Körper bremst habe ich nun schon gut trainiert und hoffe, dass ich auch ernten kann, was ich säte!