

Accommodation – Paresis & Spasm

Accommodative Paresis (aka Accommodative Insufficiency) - this is a condition that manifests in patients under the age of 40. It is most often discovered during childhood. It is an inability to completely and accurately flex and relax the focusing muscles around the lens in the eye. These eye muscles are responsible for quickly adjusting the shape of the lens as the vision switches from one distance to another, thereby bringing objects into clear focus on the retina.

The degree of paresis may vary from one individual to another. Depending on the degree, the patient lifestyle and the visual demands, symptoms may vary from none at all to blurry vision, tired or aching eyes, bloodshot eyes, watering eyes, headache, light sensitivity, reduced reading speed, reduced reading comprehension. Some patients may experience accommodative paresis for a short term, while others have it for life. Some medications or health conditions that affect motor control may contribute to it's development or response to treatment.

Treatment may involve an eyeglass or contact lens prescription for reading / computer / near tasks. This prescription is usually different from the prescription needed for distant tasks. In order to accommodate both prescriptions in one pair of eyeglasses or contact lenses, a bifocal lens is often prescribed. Alternatively, patients may opt for two separate pair of glasses - one for distant vision, and one for near vision. Children in school tend to perform better with traditional bifocal glasses. For cosmesis purposes only, no-line or "progressive" bifocal lenses may be used for adolescents who can wear adult-sized frames. However, the lined bifocals are more functional. Vision therapy is another form of treatment, where strengthening and flexing exercises are employed to make the focusing muscles stronger and more flexible. Vision therapy may eliminate the need for bifocals or minimize dependence on glasses altogether. Vision therapy is offered at Family Eye Care, so speak to your doctor if you are interested in this course. Vision therapy is currently not billable to insurance, so must be paid out of pocket. Cost is dependent on course and duration of treatment.

Accommodative Spasm - this is a condition that is usually secondary to the above condition, Accommodative Paresis. It is where the focusing muscles get "locked" up in a spasm, so that distance vision is blurry for quite a while after near vision activities.

Like Accommodative Paresis, it typically affects individuals under the age of 40. Extensive near tasks, poor lighting, small font, dirty or glaring computer screens, and holding objects too close to the face can contribute to its development.

Symptoms vary and include blurred vision, fluctuating vision, light sensitivity, headache, tired and achy eyes, burning, tearing, reduced reading speed / comprehension / endurance and muscle twitches of the eye or eyelids.

Treatment involves using correct ergonomic body / vision posture and good lighting. Taking frequent rest breaks from near activities is beneficial. Prescription eyewear or vision therapy, as described above, may also be used. Sometimes, a prescription change is indicated for existing glasses wearers.

Español:

Alojamiento: Paresia y Espasmo

Paresia acomodativa (también conocida como insuficiencia acomodativa): es una afección que se manifiesta en pacientes menores de 40 años. Se descubre con mayor frecuencia durante la infancia. Es una incapacidad para flexionar y relajar de manera completa y precisa los músculos de enfoque alrededor del cristalino en el ojo. Estos músculos oculares son responsables de ajustar rápidamente la forma del cristalino a medida que la visión cambia de una distancia a otra, lo que permite enfocar con claridad los objetos en la retina.

El grado de paresia puede variar de un individuo a otro. Según el grado, el estilo de vida del paciente y las demandas visuales, los síntomas pueden variar desde ninguno hasta visión borrosa, ojos cansados o doloridos, ojos inyectados en sangre, ojos llorosos, dolor de cabeza, sensibilidad a la luz, velocidad de lectura reducida, comprensión lectora reducida. Algunos pacientes pueden experimentar paresia acomodativa durante un corto período de tiempo, mientras que otros la padecen de por vida. Algunos medicamentos o afecciones de salud que afectan el control motor pueden contribuir a su desarrollo o respuesta al tratamiento.

El tratamiento puede implicar una prescripción de anteojos o lentes de contacto para leer / usar la computadora / tareas cercanas. Esta prescripción generalmente es diferente de la prescripción necesaria para tareas distantes. Para acomodar ambas prescripciones en un par de anteojos o lentes de contacto, a menudo se prescribe un lente bifocal. Alternativamente, los pacientes pueden optar por dos pares de anteojos separados: uno para visión lejana y otro para visión cercana. Los niños en la escuela tienden a desempeñarse mejor con anteojos bifocales tradicionales. Solo con fines cosméticos, se pueden usar lentes bifocales sin línea o "progresivos" para adolescentes que pueden usar marcos de tamaño adulto. Sin embargo, los bifocales con línea son más funcionales. La terapia de la visión es otra forma de tratamiento, donde se emplean ejercicios de fortalecimiento y flexión para hacer que los músculos de enfoque sean más fuertes y más flexibles. La terapia de la visión puede eliminar la necesidad de bifocales o minimizar la dependencia de los anteojos por completo. La terapia de la visión se ofrece en Family Eye Care, así que hable con su médico si está interesado en este curso. La terapia de la visión actualmente no se factura al seguro, por lo que debe pagarse de su bolsillo. El costo depende del curso y la duración del tratamiento.

Espasmo acomodativo: esta es una afección que generalmente es secundaria a la afección anterior, paresia acomodativa. Es donde los músculos de enfoque se "bloquean" en un espasmo, por lo que la visión a distancia es borrosa durante bastante tiempo después de las actividades de visión cercana. Al igual que la paresia acomodativa, generalmente afecta a personas menores de 40 años.

Las tareas extensas de cerca, la mala iluminación, la fuente pequeña, las pantallas de computadora sucias o deslumbrantes y sostener objetos demasiado cerca de la cara pueden contribuir a su desarrollo.

Los síntomas varían e incluyen visión borrosa, visión fluctuante, sensibilidad a la luz, dolor de cabeza, ojos cansados y doloridos, ardor, lagrimeo, reducción de la velocidad de lectura / comprensión / resistencia y espasmos musculares del ojo o los párpados.

El tratamiento implica usar una postura corporal / visual ergonómica correcta y una buena iluminación. Tomar descansos frecuentes de las actividades de cerca es beneficioso. También se pueden utilizar anteojos recetados o terapia de la visión, como se describió anteriormente. A veces, se indica un cambio de receta para quienes ya usan anteojos.