

UN CASO DI RIFRAZIONE MIOPICA ALLEVIATA MEDIANTE EDUCAZIONE OCULARE

Per più di dieci anni il metodo di educazione oculare nell'alleviare i disordini funzionali della visione mi ha impressionato per il suo valore. Il caso seguente è un tipo delle molte centinaia beneficiati ed è descritto con qualche dettaglio in modo da illustrare il metodo di trattamento.

Un intelligente uomo di 25 anni fu visto il 30 agosto del 1912. Visione destra, $\frac{1}{5}$ del normale. Ha indossato costantemente per quest'occhio -1,00 D.S. -0,50 D.C. a 180 gradi, visione normale. Visione sinistra, $\frac{2}{3}$ del normale. Indossava un vetro piano per quest'occhio.

Dopo un esame oftalmoscopico al paziente fu detto che non era di vista corta e che non aveva bisogno di occhiali per migliorare la sua visione ma che il suo difetto oculare era dovuto ad uso improprio ed era curabile mediante una piccola istruzione nell'arte di vedere. Egli acconsentì a questo tipo di trattamento, seguì le istruzioni ed ottenne visione normale senza occhiali in quaranta minuti, il che gli piacque molto di più di una prescrizione di lenti.

Primo, l'occhio destro o difettoso fu coperto da uno schermo. Poi l'occhio migliore, il sinistro, venne istruito nei metodi adatti per ottenere la visione normale con l'aiuto della tabella di controllo di Snellen a 20 piedi. Gli fu detto che la vista perfetta era possibile solo riguardando una lettera della tabella in lontananza alla volta o riguardando una piccola parte di ciascuna lettera a turno. Era importante riguardare una lettera su una riga in modo tale che quella successiva ad essa appariva meno distinta. Questo per lui fu all'inizio difficile da fare perché diceva di vedere tutte le lettere della stessa grandezza sulla riga ugualmente bene e allo stesso tempo o simultaneamente. Fu convinto che non vedeva con la stessa distinzione tutte le lettere su una riga dopo che tentò di leggerle quando riguardava un punto a diversi piedi a lato della tabella. Fu sollecitato a fare un tentativo per vedere chiaramente una lettera mentre quella ad essa vicina appariva meno distinta. In pochi minuti questo fu compiuto. Il passo successivo richiese maggior concentrazione, vale a dire, acquisire l'abilità di vedere la sommità di una piccola lettera meglio della base o di vedere la parte sinistra di una lettera

piccola meglio che la parte destra della stessa lettera. Fu difficile per lui compiere questo perché egli aveva una forte tendenza o inclinazione a tentare di vedere una quantità di lettere simultaneamente o di riguardare tutte le parti di una lettera nello stesso momento. Egli era ansioso di fare la cosa giusta e cercava di comprendere e mettere in pratica i miei suggerimenti. Era soggetto a dimenticare le indicazioni e a provare altre cose che potevano capitargli in mente. Ma mediante la mia insistenza a fargli provare i miei metodi anziché sperimentare seguendo le sue inclinazioni fu presto capace di dire che quando riguardava strettamente una parte di una piccola lettera le altre parti della stessa lettera erano meno distinte. Stava imparando i metodi esatti per ottenere visione normale e diventò cosciente dei metodi praticati dall'occhio normale, di solito inconsci, per vedere propriamente e perfettamente.

Avendo ora imparato la necessità di dirigere l'occhio accuratamente sugli oggetti distanti in modo da ottenere visione normale, la sua attenzione fu poi richiamata all'importanza di una messa a fuoco esatta. Gli fu richiesto di tenere il suo dito indice a dieci pollici dal suo occhio sinistro con la punta del dito posizionata vicino a una linea dall'occhio alla lettera grande sulla tabella Snellen. Quando riguardava strettamente la punta del suo dito era incapace di distinguere la lettera distante allo stesso tempo. Gli fu detto che questo era un fenomeno di grande importanza dato che la causa della visione difettosa dell'altro occhio, il destro, era il fatto che l'occhio era messo a fuoco per la visione vicina quando riguardava oggetti distanti. Egli imparò che non poteva vedere nemmeno le lettere grandi sulla tabella di Snellen a 20 piedi quando l'occhio migliore, il sinistro, era messo a fuoco per vicino o per la distanza di lettura. Sebbene fosse evidente da sé a molte persone egli non aveva realizzato questo fatto prima. Credo che i pochi minuti dedicati alla dimostrazione che l'occhio normale non poteva vedere oggetti distanti chiaramente quando era messo a fuoco per la visione da vicino fu un fattore importante nel susseguente rapido sollievo della visione difettosa dell'occhio più scarso, il destro, mediante educazione. La dimostrazione fu fatta velocemente e in minor tempo di quello che ci si poteva aspettare, circa cinque minuti. A questo punto si scoprì che la visione dell'occhio sinistro era migliorata da una visione di $\frac{2}{3}$ a una visione normale.

L'occhio sinistro o normale fu quindi coperto con uno schermo durante il periodo in cui l'occhio destro si esercitava. Gli fu mostrato come la visione dell'occhio destro fu ulteriormente abbassata quando lo sguardo fu diretto a lato della tabella distante. Quando lui riguardava un punto a tre piedi o più lontano da un lato della tabella

egli era incapace di distinguere la lettera grande. Il punto di fissazione eccentrica fu portato sempre più vicino alla tabella finché egli fu convinto che vedeva la lettera peggio quando guardava a soli pochi pollici a lato invece che direttamente la lettera. La centrale fissazione o l'abilità di dirigere l'occhio direttamente ad un punto e di mantenere l'occhio stabile fu difficile e non fu compiuta immediatamente. Si sorprese quando gli venne detto che egli non praticava la centrale fissazione. Quando veniva fatto un tentativo non riuscito per vedere una piccola lettera l'occhio era visto muoversi in varie direzioni. Ora vengo ad una descrizione di una procedura originale che gli diede completo sollievo in alcuni minuti. Si è dimostrata essere di tale grande valore in così tanti dei miei casi di miopia reale o funzionale che sento che essa debba essere enfatizzata. Non ha mai procurato danni. È stata sempre di beneficio. Tutti gli oculisti potranno dissentire o opporre ai miei dati di fatto delle teorie ma essi sono incapaci di fermare l'aumento di tanti casi di miopia persino con gli occhiali. La procedura è come segue:

Egli fu diretto a fare un atto forzoso per vedere un piccolo oggetto tenuto così vicino al suo occhio che era impossibile per lui vederlo chiaramente.

Per comodità l'oggetto visivo impiegato fu un punto fine sulla parte finale dell'unghia del mio dito. Venne tenuto a circa tre pollici di fronte al suo occhio mentre lui faceva strenui tentativi per vederlo, ma non ci riusciva. In poco tempo la sua visione in lontananza fu controllata e trovata migliore. Riguardando alternativamente l'unghia del dito a tre pollici e la tabella Snellen a 20 piedi la visione rapidamente migliorò da visione 1/5 al normale. Il buon risultato si ottenne in meno di venti minuti. Gli fu detto che il sollievo non era dovuto alla suggestione, all'ipnotismo, o a qualche agente sconosciuto, ma che egli era diventato capace di vedere come doveva, normalmente, perché egli aveva imparato come usare gli occhi propriamente mediante educazione.

Per prevenire una ricaduta gli fu raccomandato di praticare quotidianamente riguardando lettere piccole o piccoli oggetti in lontananza in modo tale da vedere una parte meglio di un'altra parte di una piccola lettera o di altri oggetti piccoli. Egli doveva fare questo con ciascun occhio separatamente, coprendo o chiudendo l'altro occhio. Gli fu data una tabella di controllo di Snellen per esercitarsi nella visione in lontananza.

*[W.H. Bates, M.D., New York
dal Medical Record del 9 novembre 1912.]*