**Øjenbehandling**

Jeg startede til øjenbehandling, da jeg ikke kunne fokusere med mine øjne og det var svært at læse. Jeg blev desuden nemt køresyg, blev let svimmel og det føltes ofte som om, at jeg havde noget i øjnene. Derfor var det svært at passe mit studie. Jeg troede, at jeg havde brug for briller, og jeg gik derfor til optiker, hvor jeg fik lavet nogle tests. Det viste sig, at jeg ikke havde brug for briller, men i stedet skulle træne mine øjne op. Derfor blev jeg forslået at prøve DineØjne.dk, der gør netop dette. Her fik jeg lavet nogle flere tests af mine øjne, som viste, at mine øjne var som en 30-årigs. Jeg startede herefter i behandling, hvor jeg fik nogle øvelser, som jeg skulle lave hver dag. I starten fik jeg det dårligt af at lave disse øvelser, men det blev bedre med tiden. Jeg opdagede også, at det var når mine øjne blev trætte, at det føltes som om, at jeg havde noget i øjnene. Jeg skulle lave forskellige øvelser, som enten blev skiftet ud eller gjort sværere efterhånden, som jeg gjorde fremskridt. Eksempler på disse er snurre rundt-øvelsen, der var træls, en bold øvelse og læse-øvelser. Dette resulterede i, at jeg nu kan læse normalt igen, og at mine øjne ikke længere bliver trætte efter 10 min, samt at jeg ikke længere bliver køresyg.

Jaenette M / studerende, 23 år