

<https://doi.org/10.33791/2222-4408-2022-1-55-64>

УДК 612.845.58

## Методика подбора цветных очков при коррекции цветом

Абугова Тамара Д.

Центр цветокоррекции группы компаний ОПТИК СИТИ

119180, Российская Федерация, Москва, ул. Большая Полянка, д. 30

### Резюме

**Актуальность.** Коррекция цветом – относительно новый для России метод реабилитации, позволяющий применить индивидуально подобранные цветные очки (или контактные линзы) для исправления нарушений главным образом зрительного и зрительно-пространственного восприятия. Метод эффективен при более чем 200 патологических состояниях, из которых наиболее четко выделяются 3 основные группы: 1) нарушения развития (дислексия, дисграфия, дискалькулия, диспраксия, гиперактивность и синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), расстройства аутистического спектра (РАС)); 2) офтальмологические состояния (повышенная чувствительность к свету и компьютерный зрительный синдром (КЗС), блики и двоение после кераторефракционных операций, оптические искажения при центральных дистрофиях сетчатки и др.); 3) общие заболевания, в основном неврологического профиля (рассеянный склероз, паркинсонизм, светочувствительная эпилепсия, тики, состояния после сотрясений мозга, инсультов, черепно-мозговых травм и нейрохирургических операций, головные боли, мигрени, блефароспазм и др.). **Целью работы** является краткий обзор методов подбора цветокоррекции у этого контингента больных. **Материалы и методы.** Обследовано и скорректировано с помощью цветных очков 632 пациента в возрасте от 6 до 73 лет, из них мужчин 48%, женщин 52%. Детей с нарушениями развития было 403, взрослых с той же патологией 44; пациентов с офтальмологическими заболеваниями 52, с неврологическими заболеваниями 133. Проводили предварительное анкетирование для отбора пациентов, полное офтальмологическое обследование. Корректирующий цветовой оттенок выбирали чаще всего с помощью специально разработанной нами методики и дополнительных кинезиологических, нейропсихологических методов, а также методов поведенческой неврологии. Уточнение цветового оттенка проводили на основании улучшения всех выявленных нарушений, в том числе чтения и письма (качественно и количественно по скорости чтения). **Результаты.** Улучшение при коррекции цветом получено в 93% случаев, из них у 42% больных получен выраженный эффект, у 51% – частичный. В 15% случаев отмечена положительная динамика на фоне использования цветных очков. **Выводы.** Цветокоррекция с помощью индивидуально подобранных цветных очков – эффективный метод реабилитации тяжелого контингента больных. Представленная методика подбора цветового оттенка позволяет оказывать помощь пациентам. Дальнейшее развитие метода целесообразно и требует проведения совместных с другими специалистами научных исследований.

**Ключевые слова:** цветокоррекция, коррекция цветом, дислексия, дисграфия, повышенная чувствительность к свету, КЗС, головные боли, тремор, рассеянный склероз, светочувствительная (фотосенситивная) эпилепсия, блефароспазм  
**Конфликт интересов:** автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

**Финансирование:** автор не получала финансирование при проведении исследования и написания статьи.

**Для цитирования:** Абугова Т.Д. Методика подбора цветных очков при коррекции цветом. The EYE ГЛАЗ. 2022;24(1):55–64. <https://doi.org/10.33791/2222-4408-2022-1-55-64>

Поступила: 21.11.2021

Принята после доработки: 21.02.2022

Опубликована: 30.03.2022

© Абугова Т.Д., 2022.

## The Method of Selecting Colored Glasses for the Correction by Color

Tamara D. Abugova

Color Correction Center of OPTIC CITY group of companies, Moscow

30, Bolshaya Polanka Str., Moscow, 119180, Russian Federation

### Abstract

**Background.** Using colored overlays, glasses, lenses and filters to improve the brain's ability to process visual information is a relatively new method of rehabilitation in Russia. It employs the use of individually selected colored glasses or contact lenses to correct the processing problems of visual and visual-spatial perception. The method has been proven effective in more than 200 pathological conditions. Three main groups are most clearly distinguished: 1. Developmental disorders (dyslexia, dysgraphia, dyscalculia, dyspraxia, hyperactivity, attention deficit hyperactivity disorder (ADHD), autism spectrum disorders); 2. Eye conditions (photophobia and computer visual syndrome (CVS), glare and double vision after keratorefractive surgery, optical distortions in the setting of retinal dystrophy, etc.); 3. Common diseases, mainly neurologic (diffuse sclerosis, parkinsonism, photosensitive epilepsy, tics, conditions after concussion, strokes, traumatic brain injuries and neurosurgical procedures, headaches, migraines, blepharospasm, etc.). The purpose of the work is a brief overview of the methods of selection of colored glasses, lenses, overlays and filters in this contingent of patients. **Material and methods.** 632 patients aged 6 to 73 years were examined and prescribed colored glasses (48% male, 52% female). There were 403 children with developmental disorders, 44 adults with the same pathology; 52 patients with ophthalmic diseases and 133 patients with neurologic diseases. A preliminary questionnaire was conducted for the selection of patients, as well as a complete ophthalmic examination. The corrective color shade was most often chosen with the help of a specially developed

technique, additional kinesiological and neuropsychological methods, as well as methods of behavioral neurology. More precise definition of the color shade was carried out based on improvement of reading- and writing-related performance (qualitative and quantitative). **Results.** Improvement was achieved in 92% of cases; 42% of patients exhibited a pronounced effect, while 51% exhibited a partial effect. In 15% of cases, positive dynamics was noted in the setting of the use of colored glasses. **Conclusions.** Using colored overlays, glasses, lenses and filters is an effective method of rehabilitation of patients. The presented method of selecting colored overlays allows to help patients suffering from processing problems of visual and visual-spatial perception. Further development of the method is expedient and requires joint scientific research in cooperation with other specialists.

**Key words:** color correction, dyslexia, dysgraphia, photophobia, CVS, headaches, tremor, multiple sclerosis, photosensitive epilepsy, blepharospasm

**Conflict of interest:** the author declares that there is no conflict of interest.

**Funding:** the author received no specific funding for this work.

**For citation:** Abugova T.D. The method of selecting colored glasses for the correction by color. The EYE GLAZ. 2022;24(1):55–64. <https://doi.org/10.33791/2222-4408-2022-1-55-64>

Received: 21.11.2021

Accepted: 21.02.2022

Published: 30.03.2022

© Abugova T.D., 2022

## Актуальность

Цветокоррекция (точнее, коррекция цветом) – это способ индивидуального подбора специальных тонированных линз с целью исправления нарушений обработки мозгом главным образом зрительно-пространственной информации.

Эффект положительного действия цвета (сначала цветной пленки) у людей с высокой остротой зрения, испытывающих трудности при чтении, впервые описан педагогами Олив Мирс (Новая Зеландия) в 1980 г. и Хелен Ирлен (США) в 1983 г. [1]. В настоящее время цветные пленки (рис. 1) применяются для чтения с целью скрининга или первичной диагностики, а специалистами по цветокоррекции во всем мире используются цветные очки (рис. 2), которые обеспечивают положительный эффект при более чем 200 различных состояниях. Наш учитель Иан Джордан (Великобритания) – оптико-оптометрист и исследователь, первую книгу опубликовал в 1997 г. [2]. Мы занимаемся цветокоррекцией с 2016 г. и начали эту работу первыми в России под руководством сотрудника лаборатории Иана Джордана Евгении Киселевой.



Рис. 1. Цветные пленки

Fig. 1. Color overlay

## Материал и методы

Обследовано и скорректировано с помощью цветных очков 632 пациента в возрасте от 6 до 73 лет, из них мужчин 48%, женщин 52%. Детей с нарушениями развития было 403, взрослых с той же патологией 44; пациентов с офтальмологическими заболеваниями 52, с неврологическими заболеваниями 133. Проводили предварительное анкетирование для отбора пациентов, полное офтальмологическое обследование. Корректирующий цветовой оттенок выбирали чаще всего с помощью специально разработанной нами методики [1] и дополнительных кинезиологических, нейропсихологических методов, а также методов поведенческой неврологии. Уточнение цветового оттенка проводили на основании улучшения всех выявленных нарушений, в том числе чтения и письма (качественно и количественно по скорости чтения).

## Методики цветокоррекции

Показаниями для назначения коррекции цветом в первую очередь являются нарушения развития, а также некоторые заболевания и патологические состояния офтальмологического и неврологического профиля.

1. Нарушения развития встречаются чаще всего у детей, а цветокоррекция подбирается у них наиболее точно с возраста 7–8 лет. У взрослых людей помощь также возможна и необходима, но они научились разными способами компенсировать свои проблемы и реже обращаются за помощью. Эта группа на сегодняшний день самая многочисленная и составляет около 70% наших пациентов. При нарушениях развития может быть поставлен диагноз «дислексия» (трудности чтения), «дисграфия» (трудности письма), «диспраксия» (нарушения баланса и координации движений), «дискалькулия» (нарушение счета и других геометрических действий: сложение в столбик, обратный счет, геометрические задачи), «гиперактивность» или «синдром дефицита внимания и гиперактивности» (СДВГ), «расстрой-



Рис. 2. Цветные очки

Fig. 2. Colored glasses

ство аутистического спектра» (РАС) или его легкая форма – «синдром Аспергера». Эти состояния редко встречаются в чистом виде, гораздо чаще признаки сочетаются, создавая большую индивидуальность. Нередко также диагноз может быть не поставлен, а есть комплекс жалоб, которые заметили родители, учителя, логопеды, нейропсихологи и другие специалисты, оказывающие коррекционную помощь ребенку путем совершенствования и развития отстающих функций. К сожалению, при этом нередко правилам чтения или письма учат детей, которые неправильно видят текст.

2. В офтальмологии цветные очки могут помочь при повышенной чувствительности к свету (она встречается у 20% населения), зрительном утомлении, особенно при работе за компьютером. Удаётся уменьшить круги светорассеяния и блики, которые особенно часто встречаются после кераторефракционных операций; уменьшить оптические искажения при центральных дистрофиях сетчатки, возрастной макулодистрофии (ВМД), последствиях невритов; несколько увеличить поле зрения; улучшить состояние аккомодации и конвергенции; уменьшить нистагм; на 1–2 строки увеличить остроту зрения.

3. В неврологии цветные очки эффективны при фотосенситивной (светочувствительной) эпилепсии, треморе, тиках, головных болях и мигренях, состояниях после перенесенных сотрясений мозга, травм, нейрохирургических операций. Возможно некоторое улучшение чтения и координации движений у пациентов с рассеянным склерозом. Хороший эффект достигается при блефароспазме (частое моргание). Эффективна коррекция цветом при «зимней депрессии» и некоторых вегетативных нарушениях. Улучшается концентрация внимания, уменьшается влияние постороннего шума на возможность сосредоточиться, исчезает повышенная реакция на восприятие запахов, улучшается нарушенное восприятие температурного режима или боли и др.

Метод не имеет противопоказаний. Однако при длительном подборе цвета требуется осторожность в случаях эпилепсии (чтобы не спровоци-

ровать приступ) и при нарушениях аутистического спектра (утомление может вызвать агрессивную реакцию). В процессе длительного исследования целесообразно делать перерывы, некоторые исследования у детей проводить в игровой форме, использовать призы и поощрения.

### Подбор цветной пленки для улучшения чтения

Не требует специальной подготовки и может проводиться, например, школьными учителями или библиотекарями. Накладывая цветную пленку на страницу книги, сравнивают чтение ребенка на этой странице и на странице без пленки или даже ориентируются на субъективные ощущения ребенка, постепенно предъявляя ему все пленки из набора (рис. 3). Целесообразно определить, как ему легче читать: с матовой или глянцевой стороной пленки. Можно наложить на текст 2 пленки одного цвета или 2–3 пленки разных цветов. Наилучшая пленка или комплект пленок дается ребенку для чтения на некоторое время. Долго пленки обычно не используются, т.к. они непрочные: мнутся, царапаются, но главное – помогают только при чтении и не могут одновременно улучшить письмо и другие функции. При этом, если чтение с цветной пленкой показывает, что у ребенка есть улучшение при цветокоррекции, имеет смысл направить его в специализированное учреждение. Кроме того, цветные пленки могут использоваться в качестве скрининга, первичной диагностики и имеют широкое применение за рубежом, обеспечивая выявление детей, которым может помочь цветокоррекция. В настоящее время мы начинаем работу со школами в нашей стране: написаны специальные анкеты (приложения 1, 2), методика подбора цветных пленок, сделан доклад в Республиканской детской библиотеке, который будет записан и распространен во все библиотеки нашей страны, в том числе школьные.

К сожалению, ребенок с трудностями чтения обычно не предъявляет жалоб, потому что он не зна-

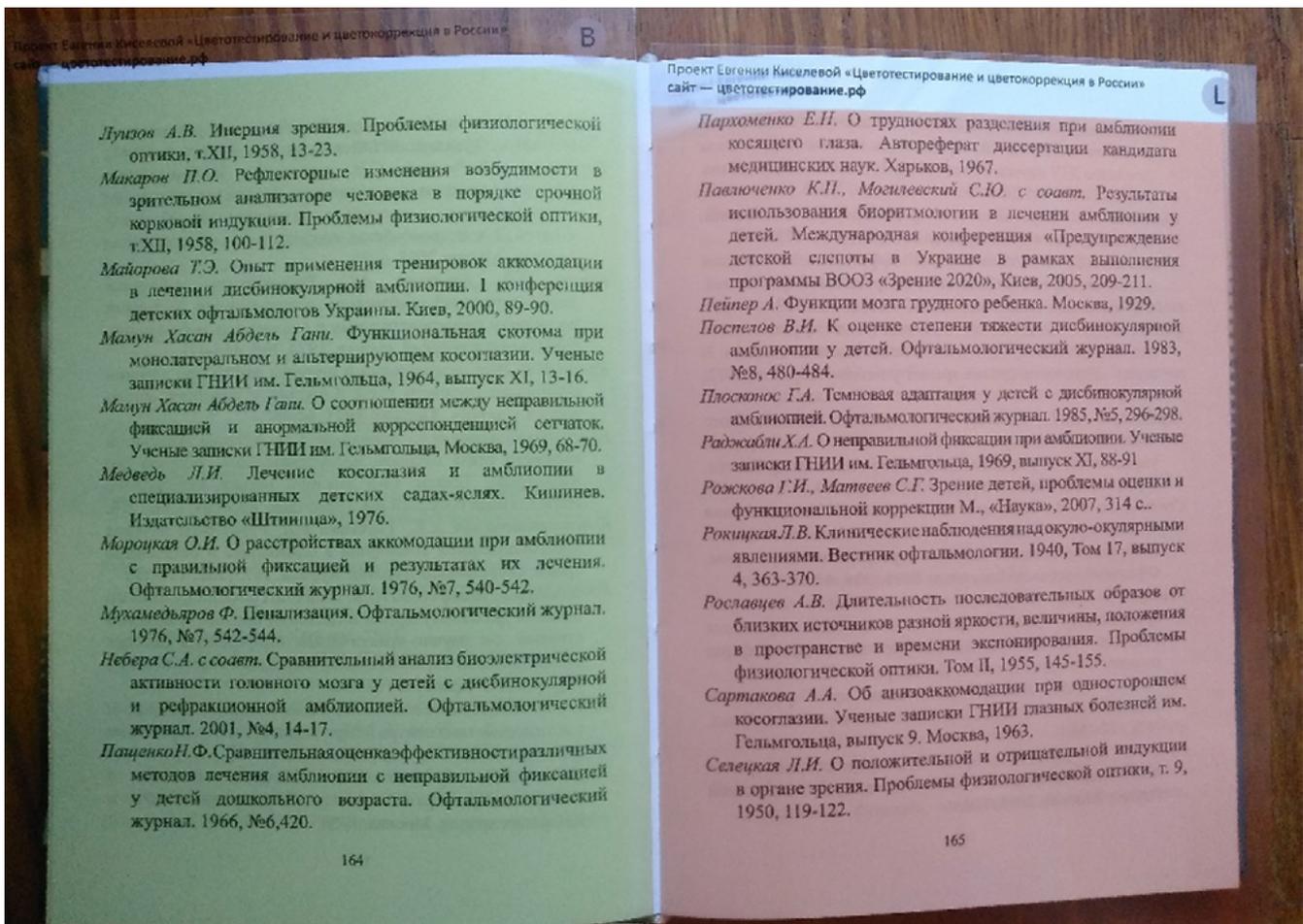


Рис. 3. Подбор цветной пленки для улучшения чтения  
Fig. 3. Selection of color overlay to improve reading

ет, что другой ребенок или ученик видит по-другому. Именно поэтому родители, учителя и одноклассники нередко считают такого ученика ленивым, не способным учиться, что приводит к пониженной самооценке и еще больше ухудшает состояние ребенка.

**Подбор цветных очков**, независимо от жалоб или диагноза, мы начинаем с заполнения пациентом специально составленной анкеты (приложение 1), которую высылаем по электронной почте. Полученные ответы используются во время приема. Анкета существенно сокращает время обследования, помогает не упустить что-то важное, уделить больше внимания отдельным нарушениям и уточнить отмеченные симптомы, понять, имеют место конкретные или множественные трудности. Даже с использованием анкеты подбор цвета занимает около 2 часов, но, если есть возможность, в идеальном случае рекомендуется использовать отдельный опрос ребенка и родителей.

Перед подбором цвета обязательно следует провести полноценную проверку зрения (детям с циклоплегией, кроме РАС, где циклоплегия противопоказана) и подобрать очки. **Подбор цвета всегда нужно проводить с требуемой коррекцией.**

**Объективное исследование при подборе цветокоррекции всегда состоит из нескольких важных частей.**

- Диагностика с целью выявления всех имеющихся нарушений. Она включает исследование баланса

- и координации движений, локализации, исследование поля зрения ориентировочным методом, проверку правильности восприятия пространства (метод Пульфриха и др. [2]), оценку правильности восприятия лиц. Используются специальные нейропсихологические тесты (срисовывание домика, проба «Заборчик», срисовывание фигур типа Тейлора, кубики Коатса) для выявления зрительно-пространственных, межполушарных нарушений и оценки целостности восприятия. Полученные диагностические признаки очень важны как для оценки их компенсации цветом, так и для уточнения цветового оттенка. В случаях трудного контакта с ребенком используются специальные кинезиологические тесты. В связи с тем, что указанные методы исследования обычно не знакомы офтальмологам и оптометристам, они осваиваются специалистами в процессе обучения.

- Подбор цветового оттенка проводится с помощью специально разработанной нами (Абугова Т.Д., Роцин Б.Д. [3]) и зарегистрированной в России компьютерной программы. Она позволяет на специальных тестах обнаружить у пациента оптические искажения, которые могут быть плоскостными, объемными или движущимися, а затем определить цветовые оттенки, компенсирующие выявленные изменения. Это исследование проводится в полной темноте.

- После этого на свету с помощью линз пробного набора (рис. 4) проверяется влияние выбранно-

го цвета на все выявленные ранее патологические признаки и определяется оттенок, дающий наибольший положительный эффект.

• Затем с отобранными 1–2 оттенками исследуется влияние цвета на чтение и письмо. Для этого применяются книги с разным размером шрифта и разным цветом листа бумаги (ярко-белый, глянцевый, сероватый, желтоватый), соответствующие возрасту пациента, и тетради с разлиновкой, которая используется ребенком при письме в школе. Проверяется чтение без цвета и с цветом, а также письмо при списывании текста и под диктовку. Тексты для оценки письма удобно выбирать из сборников школьных диктантов для соответствующего класса. При этом в исследовании не только оценивается полученный результат и уточняется цветовой оттенок, но и выбирается оптимальная интенсивность затемнения. Учитывается, что для зрения желательнее наименьшее затемнение. Поэтому предпочтение при чтении всегда дается наилучшей, но наиболее светлой линзе, а если требуется более темная линза, она назначается на ограниченное время, и при последующем осмотре через 2–3 месяца нередко удается уменьшить интенсивность затемнения.

• Когда цветовой оттенок и интенсивность затемнения выбраны, необходимо определить оптимальное затемнение для разных условий освещения (лампы накаливания, люминесцентный свет, дневное освещение, освещение в сумерках и ночью).

• Важно не забыть определить, как влияют подобранные линзы (особенно у детей) на остроту зрения, аккомодацию, конвергенцию, форию. Хорошо, если удастся добиться улучшения этих функций, но главное – исключить, обнаружить и своевременно исправить их ухудшение при использовании цветных линз.

• После выбора цвета заказываются очки. Перед вставкой в оправу желателен контроль цветного оттенка путем сравнения полученной линзы с линзой пробного набора.

Описанная методика в отдельных случаях дополняется специальными исследованиями, например, используется специальный набор для исследования реакции пациента на запах, или при треморе исследование проводится с помощью пробного набора цветных линз и пациент обводит нарисованную на листе бумаги линию. Множество нарушений, при которых может быть эффективна цветокоррекция, требует творческого подхода и постоянного совершенствования метода на основе дополнительных знаний.

### Результаты цветокоррекции

В настоящее время нами подобраны цветные очки 623 пациентам в возрасте от 6 до 72 лет, мужчин и женщин приблизительно одинаковое количество. Положительный эффект получен в 93% случаев. Максимальный срок наблюдения около 6 лет.

#### Клинический пример № 1 из нашей практики

Девочка 8 лет со 100% зрением и высоким интеллектом, занимается балльными танцами, активна. С начала учебы выявились трудности с чтением: неточность окончаний слов, пропуск или замена



Рис. 4. Пробный набор цветных линз  
Fig. 4. Trial set of colored lenses

слова, пропуск строки. При пропуске слова иногда вставляла свое слово-замену. Только через 1,5 года родители и учителя перестали объяснять эти ошибки ленью или излишней торопливостью. При обращении к специалисту-нейропсихологу был поставлен диагноз «дислексия». Родители запомнили, что у ребенка есть нарушения целостного восприятия.

По нашей анкете выявилось довольно много признаков: повышенная чувствительность к свету; строка плывет, буквы переворачиваются, прыгают с места на место, исчезают, видны расплывчато, вибрируют, изменяют размер, по листу прыгают солнечные зайчики; иногда неприятно смотреть на полосы; трудно читать; при письме нажимает на ручку; правша. Проблемы со связанной речью, тяжело объяснить или рассказать что-либо понятно. Сложно ловить мяч. Спотыкается, натывается на предметы. Бывает, что прикусывает щеку и язык. Запахи чувствует резко. Тик: появился до школы – дергается глаз, недолго.

При цветотестировании выявлены оптические искажения на многих тестах, которые практически полностью компенсировались 2 цветами. Данные уточнялись при чтении, разном освещении, при ходьбе, кружении и других тестах на ориентацию в пространстве. После выбора одного цвета проведен тест со срисовыванием фигур Тейлора и Рея (рис. 5) без подобранных очков и в цветных очках. На рис. 5 А без очков – неправильное расположение внутренних элементов, на рис. 5 Б – норма. Очки заказаны. Повторное обследование при выдаче очков. После получения очков продолжить занятия с нейропсихологом (для нейропсихолога дано медицинское заключение и рисунок). Контроль через 3–6 месяцев.

#### Клинический пример № 2

Молодая женщина, начинающий режиссер, обратилась в наш салон с симптомами дислексии, а также с жалобами на повышенную чувствительность к свету и плохую координацию движений. Ей были подобраны индивидуальные цветные очки, и она успешно пользовалась ими около года. Вот что она написала:

«К детям с дислексией у нас отношение такое: тупые, ленивые, не умеют читать. Я вот тоже очень

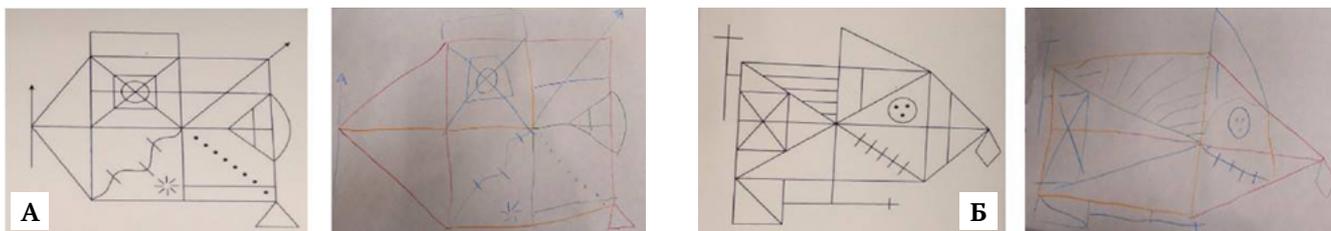


Рис. 5. А – срисованная фигура без очков; Б – срисованная фигура в цветных очках

Fig. 5. A – a figure drawn without glasses; Б – a figure drawn with colored glasses

долго была “тупым ребенком”: чтение влекло за собой тошноту, мигрень, истерику от чувства собственной беспомощности. Но мне повезло с первой учительницей, которая научила меня читать не по слогам, а по диагонали. У меня была самая высокая скорость чтения в школе, 700 слов в минуту, поэтому ни у учителей, ни у родителей даже мысли не закрадывалось, что у меня могут быть какие-то нарушения. Все были уверены, что сначала я ленилась, а теперь вот – не ленюсь. Дисграфию победить было сложнее, потому что писать по диагонали не получалось. Поэтому все считали, что я все-таки ленивая, глупая и невнимательная, ведь на сочинениях получала стабильные 5/2. Потом я научилась фанатично все перепроверять за собой, и ситуация стала лучше – 5/3. Математика была персональным адом: дискалькулия не дремлет! Неспособность ос-

воить ни один вид спорта, включая езду на велосипеде, – это все списывалось на мое нежелание, и никто не замечал, что я не могу удерживать равновесие.

Несмотря на все проблемы, мне удалось получить три гуманитарных образования, два из которых с красным дипломом. Но только в возрасте почти тридцати лет выяснилось, что я не боролась со своей ленью и тупостью, я боролась с целым спектром нарушений. Именно боролась, а не лечила их! Это как грести с вывихнутой рукой: ты, конечно, движешься вперед, но если взять паузу и перебинтовать руку, то поплывешь намного быстрее. Поэтому, когда я услышала про цветокоррекцию, решила попробовать. Мне сложно понять и оценить, почему и как это работает, просто ты внезапно лучше сосредотачиваешься, меньше спотыкаешься, тебе комфортнее принимать решения. И только одно тоскливо: почему это удалось сейчас, когда мне уже 30 и я столько лет страдала? Почему никто не помог мне намного раньше, когда мне было 7 лет???

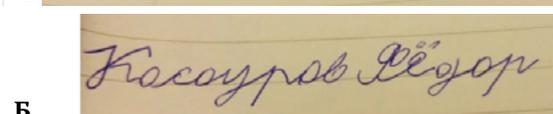
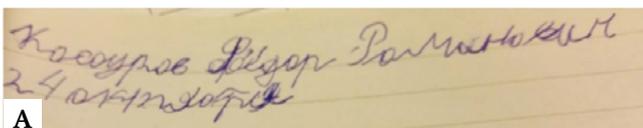


Рис. 6. Дисграфия. А – почерк до подбора очков; Б – почерк сразу после подбора красных очков

Fig. 6. Dysgraphia. А – handwriting before prescribing glasses; Б – handwriting immediately after prescribing red glasses

### И еще 2 коротких примера как иллюстрации метода

1. Ребенок 9 лет. Дисграфия. Находится на домашнем обучении. В подобранных красных очках сразу улучшился почерк (рис. 6).

2. Ребенок 12 лет. 5 лет тому назад перенес операцию по поводу злокачественной опухоли мозга с последующей химиотерапией и длительной реабилитацией в стационаре и на дому. При обследовании выявлены трудности при чтении, письме и счете. На цветотестировании выявлены и частично компенсированы зрительно-пространственные нарушения. Читать в подобранных цветных очках стало легче, самостоятельно исправил ошибки при рисовании (рис. 7).

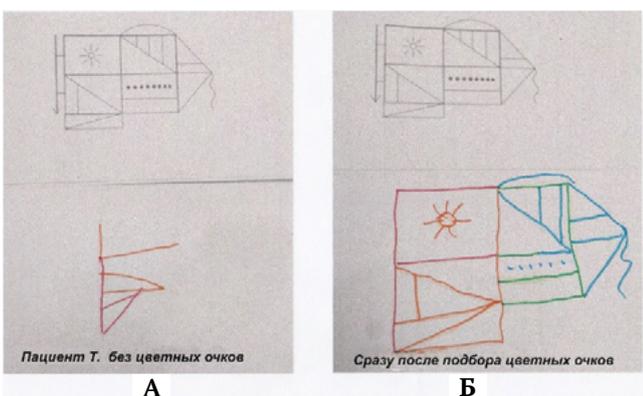


Рис. 7. А – срисованная фигура без очков; Б – в подобранных очках. Рисунки сделаны правой рукой

Fig. 7. А – a drawn figure without glasses; Б – in matched points. The drawings are made with the right hand

### Выводы

Цветокоррекция с помощью индивидуально подобранных цветных очков – эффективный метод реабилитации тяжелого контингента больных. Представленная методика подбора цветового оттенка позволяет оказывать помощь пациентам. Дальнейшее развитие метода целесообразно и требует проведения совместных с другими специалистами научных исследований.

### Список литературы

1. Wilkins A. Reading Through colour. How coloured filters can reduce reading difficulty, eye strain, and headaches. Chichester: John Wiley & Sons Ltd; 2003:141.
2. Jordan I. A Professionals Guide to Prescribing Tints and Filters. Maybole; 2018:265.
3. Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ № 2018613286 «Система индивидуального цветотестирования и цветокоррекции ЦЦ-1», правообладатели Аbugова Тамара Давидовна, Рощин Борис Дмитриевич. Дата регистрации в Реестре программ для ЭВМ 07 марта 2018 г.

**Вклад автора:** автор берет на себя ответственность за все аспекты работы над статьей.

### Информация об авторе

**Аbugова Тамара Давыдовна**, врач-офтальмолог, кандидат медицинских наук, руководитель Центра цветокоррекции группы компаний ОПТИК СИТИ, г. Москва; e-mail: abugova\_td@list.ru

### References

1. Wilkins A. Reading Through colour. How coloured filters can reduce reading difficulty, eye strain, and headaches. Chichester: John Wiley & Sons Ltd; 2003:141.
2. Jordan I. A Professionals Guide to Prescribing Tints and Filters. Maybole; 2018:265.
3. Certificate of state registration of the computer program No. 2018613286 "System of individual color testing and color correction TSC-1", copyright holders Tamara Davidovna Abugova, Boris Dmitrievich Roshchin. Date of registration in the Register of computer programs 07 March 2018.

**Author's contribution:** the author takes responsibility for all aspects of the work on the article.

### Information about the author

**Abugova Tamara D.**, ophthalmologist, Cand. Sci. (Med.), Head of Color Correction Center of OPTIC CITY group of companies, Moscow; e-mail: abugova\_td@list.ru

**Цветокоррекция**

**в очках**



**в зарубежных контактных линзах**



**в отечественных контактных линзах !!!**

Анкета-опросник / Questionnaire  
(скрининг пациентов для коррекции цветом / patient screening)

№	Вопрос / Question	Да Yes	Нет No
1.	Трудно ли Вам читать? / Do you find it hard to read?		
2.	Трудно ли Вам смотреть на белый лист бумаги, книги? / Is it difficult for you to look at a white sheet of paper or a book?		
3.	Теряете ли Вы место, где читали? / Do you forget which part of the text you were reading?		
4.	Пропускаете ли Вы строку при чтении? / Do you skip lines when reading?		
5.	Бывает ли, что при чтении Вы пропускаете или заменяете слова? / Does it happen that you miss or replace words while reading?		
6.	Бывает ли, что Вы заменяете окончания слов при чтении? / Do you sometimes change word endings while reading?		
7.	Искажаются ли буквы на листе книги? / Are the letters distorted on the page of the book?		
8.	Бывает ли текст книги подвижным? Например, буквы на листе «прыгают» или «вибрируют»? / Does the text of the book look as if it was moving? For example, do the letters seem to jump or vibrate?		
9.	Переворачиваются ли буквы слева-направо или вверх-вниз? / Do letters flip left-to-right or upside-down?		
10.	Расплываются ли буквы в книге? / Do the letters in the book seem blurred?		
11.	Бывает ли, что слова в книге исчезают? / Does it happen that the words in a book disappear?		
12.	Бывает ли, что слова в книге «собираются в кучку» и их трудно разобрать? / Does it happen that the words in a book heap up and are difficult to identify?		
13.	Видите ли Вы две буквы там, где должна быть одна? / Do you sometimes see two letters where there should be only one?		
14.	Кажется ли Вам страница в книге объемной «как 3D», выпуклой или вогнутой в каких-то местах? / Does the page in the book seem voluminous (three dimensional) to you, convex or concave in some places?		
15.	Замечаете ли Вы мелькания или вспышки света на листе бумаги или на странице книги? / Do you notice flickers or flashes of light on a piece of paper or on the page of a book?		
16.	Можете ли вы читать долго: сколько страниц в книге можете прочитать без перерыва? / Can you read for a long time? How many pages of a book can you read without a break?		
17.	Ощущаете ли Вы разницу при чтении в разных условиях освещения? Труднее ли читать при люминесцентном освещении в классе? / Do you feel the difference when reading in different lighting conditions? Is it harder to read under fluorescent lighting in a classroom?		
18.	Бывают ли у Вас головные боли после чтения? / Do you have headaches after reading?		

**Анкета-опросник для консультации в Центре цветокоррекции ОПТИК СИТИ  
пациентов с расстройствами аутистического спектра / Questionnaire for consultation  
of patients with autism spectrum disorders in the OPTIC CITY Center for Color Correction**

ПАСПОРТНАЯ ЧАСТЬ / PASSPORT DATA	
ФИО ребенка или взрослого обследуемого / Full name of the child or adult examined	
Возраст / Age	
Место жительства (город или область) / Place of residence (city or province)	
Контактное лицо (ФИО, телефон, эл. почта) / Contact details (full name, phone, e-mail)	

Поставлен ли диагноз, и если да, то какой? / Has the diagnosis been made and if so, what is it?	
Проводился ли осмотр офтальмологом и когда? / Was the examination performed by an ophthalmologist and, if yes, when?	
Выявлены ли какие-либо нарушения зрения? / Were any vision disorders identified?	
Использует ли обследуемый очки или КЛ? / Does the patient wear glasses or contact lenses?	

Есть ли у человека, которого Вы хотите обследовать у нас (можете ответить, обвести, подчеркнуть или выделить цветом то, что есть): / Does the person you want to be examined have (please mark the applicable):	
Отсутствие или нарушение речи / Alalia or speech disturbance	
Эпилепсия / Epilepsy	
Тревожность. Плохой сон. Страхи. Депрессивное поведение / Anxiety. Bad sleep. Phobia. Depressive behavior.	
Свойственна ли Вашему ребенку гиперактивность? Замечали ли Вы агрессию? Случались ли самоповреждающие действия? / Is your child hyperactive? Have you noticed any signs of aggression? Have there been self-harming actions?	
Бывали ли у Вашего ребенка случаи, когда он убежал в неизвестном направлении? Случались ли опасные ситуации? / Have your child ever run away in an unknown direction? Have there been any dangerous situations?	
Замечали ли Вы когда-либо повторяющееся поведение или действия? / Have you ever noticed repetitive behaviors or actions?	
Были ли у ребенка тики? / Have your child ever suffered from tics?	

Трудно ли ему смотреть в глаза? / Is it difficult for a patient to maintain eye contact?	
Правильно ли он понимает жесты? / Does the patient understand gestures correctly?	
Часто ли он рассматривает предметы или игрушки, очень близко поднося их к глазам? / Does the child often look at objects or toys, bringing them very close to the eyes?	
Замечаете ли Вы у него повышенный интерес к разным объектам, особенно находящимся в движении? / Do you notice an increased interest in different objects, especially those in motion?	
Есть ли у него безразличие к чувству боли? / Is the patient indifferent to the feeling of pain?	

Есть ли у него изменения в восприятии температуры при выборе одежды? / Does the child experience change in perception of temperature when choosing clothes?	
Бывает ли у него плохая переносимость разной одежды, нежелание надеть что-то новое? / Does the child have a poor tolerance for different clothes or unwillingness to wear something new?	
Мешают ли ему громкие звуки? Бывает ли, что он закрывает уши руками, когда в комнате или на улице тихо? / Do loud noises bother the child? Does it happen that the covers ears with hands when it is quiet in the room or outside?	
Есть ли у него избирательность в еде и трудности с выбором еды? Бывает ли, что он долго держит пищу во рту, не проглатывая ее? / Does the child have a selectivity in food and difficulties with food choices? Does it happen that the keeps food in his mouth for a long time without swallowing it?	
Часто ли бывают боли в животе, рефлюкс, поносы или запоры? / Do abdominal pains, reflux, diarrhea or constipation occur often?	
Если ребенок старше 7 лет / If the child is older than 7 years	
Есть ли у него трудности в обучении (чтение, письмо, математика)? / Does he have learning disabilities (reading, writing, math)?	
Есть ли у него проблемы с физкультурой? Нарушены ли ходьба по линии, лестнице? Трудно ли поймать мяч? Нарушена ли координация движений? Натывается ли он на предметы? Может ли промахиваться, когда берет в руки чашку? Может ли пролить жидкость в наполненной чашке? / Does the child have a problem with physical education? Are walking down the line or stairs complicated tasks? Is it hard to catch the ball? Is the coordination of movements complicated? Does the child stumble upon objects? Can your child miss when he picks up a cup or pour liquid in a filled cup?	
Есть ли у него друзья в классе? / Does the child have any friends in the class?	
Бывает ли, что он не узнает членов семьи или одноклассников? / Does it happen that the patient does not recognize family members or classmates?	
Как он относится к зеркалу (не подходит, плохо переносит, нетипично реагирует)? / How does he feel about the mirror (does not get close to it, does not tolerate it well, reacts oddly)?	
Опишите другие особенности ребенка, если Вы их заметили, но они не включены в нашу анкету / Describe other individualities of the child that were not mentioned in our questionnaire	

*Руководитель Центра цветокоррекции ОПТИК СИТИ, к.м.н. Тамара Давыдовна Абугова  
Head of OPTIC CITY Center for Color Correction, Cand. Sci. (Med.) Tamara Davidovna Abugova*