



Syn

Skelning och dubbelseende hos vuxna

Skelning betyder att ögonen riktas åt olika håll. Då kan du få problem med synen och bli trött i ögonen. Du kan också se dubbelt eller få ont i huvudet. Du kan använda speciella glasögon om du har besvär av skelning. Ibland kan en operation behövas.

Hos en del märks skelningen bara ibland, till exempel när du är trött. Det kallas **dold skelning**. Många som skelar har fått skelningen som barn. [Läs om barn med skelning](#).

Dubbelseende kan ibland bero på skelning. Men det kan också bero på till exempel [grå starr](#) eller att du behöver byta dina glasögon.

Ibland kan ett öga plötsligt börja skela samtidigt som du ser dubbelt. Det kan bero på en sjukdom. Då behöver du söka vård genast så att du kan få behandling.

Symtom

Skelning kan ge olika symtom. Du kan märka ett eller flera av de här besvären:

- Du blir trött i ögonen.
- Du ser dubbelt, som också kallas dubbelseende.
- Du har svårt att bedöma avstånd.
- Du upplever det som om bokstäverna rör sig när du läser.
- Du har huvudvärk.

När och var ska jag söka vård?

Du behöver inte söka vård för skelning om du inte har besvär av det.

Kontakta en optiker eller en ögonmottagning om du har något av de här besvären:

- Du ser dubbelt på ena ögat. När du täcker för det andra ögat finns dubbelseendet kvar.
- Du misstänker att dina ögonbesvär beror på en dold skelning.
- Du ser dubbelt ibland.

Många mottagningar kan du kontakta genom att [logga in](#).

När det är bråttom

Kontakta genast en [vårdcentral](#) eller [jouröppen mottagning](#) om du märker att ett öga plötsligt börjar skela eller du ser dubbelt, och besväret inte går över.

Om det inte går eller är stängt, sök vård på en akutmottagning.

Sök vård direkt på en [jouröppen mottagning](#) eller akutmottagning om du plötsligt börjar skela och se dubbelt

och samtidigt får ett eller flera av de här besvären.

- Du blir yr.
- Du får huvudvärk.
- Dina pupiller blir olika stora.
- Ditt ena ögonlocket hänger ner.
- Ditt öga är svullet.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård.

Vad kan jag göra själv?

Du kan inte själv rätta till dubbelseendet om du ser dubbelt hela tiden på grund av en manifest skelning. Då behöver du få hjälp av en ögonläkare eller en ortoptist på en ögonmottagning.

Du kan förebygga och minska vanliga besvär med dold skelning, till exempel huvudvärk, trötthet i ögonen och att du tillfälligt ser dubbelt. Då kan du till exempel prova något av det här:

- Du kan använda glasögon om du har ett synfel. Då rättas synen till och den dolda skelningen kommer inte fram lika lätt.
- Du kan ha datorskärmen stående lågt, gärna strax under ögonhöjd. Då riktar du blicken lätt nedåt. På så vis skyddar du ögonen från att kännas ansträngda och torra.
- Du kan vila ögonen ibland med korta pauser.

Bra att tänka på

Du som har dubbelseende har enligt körkortslagen begränsade möjligheter att få köra bil. Det gäller även om du täcker för ena ögat. En ögonläkare bör testa ditt dubbelseende för att avgöra om du får köra bil eller inte.

Undersökningar och utredningar

Det finns flera undersökningar som kan visa vad skelningen eller dubbelseendet beror på. Vilka undersökningar du får göra beror på vilka symtom du har.

Du kan få remiss till ögonmottagning vid behov

Det kan också vara olika vem du får träffa. En läkare på vårdcentralen eller en optiker kan remittera dig till en ögonläkare eller en neurolog om det behövs. Då kan du bli undersökt på fler sätt och andra utredningar kan göras.

Vid besvär som kommer hastigt

Du behöver bli undersökt av en läkare om du har besvär som kommer hastigt. Du kan då bli undersökt av en läkare på en vårdcentral, en akutmottagning eller en ögonakut. Då tittar läkaren på om ögonen kan förflytta sig i alla riktningar.

Vid besvär som har kommit under lång tid

En optiker eller läkare på vårdcentralen kan undersöka dina ögon när du har besvär som har kommit under en längre tid.

Undersökning på ögonmottagning

På ögonmottagningen får du träffa en ögonläkare eller en ortoptist. En ortoptist är en ögonsjuksköterska som är specialiserad på att rätta till skelning och dubbelseende.

Du får titta åt olika håll medan läkaren eller ortoptisten undersöker rörligheten i dina ögon. Då kan hen se på vilket sätt dina ögon är riktade i förhållande till varandra. Det behövs sällan några apparater för att läkaren eller ortoptisten ska kunna se hur dina ögonmuskler fungerar.

Utredning och kontroller

Ibland behöves mer utredning för att ta reda på vad orsaken till skelningen och dubbelseendet beror på. Det kan till exempel göras om skelningen beror på en förlamning av en eller flera ögonmuskler. Förlamningen kan bero på någon förändring i blodcirkulationen, [diabetes](#) eller [högt blodtryck](#).

Du kan behöva röntgas

Du kan också bli undersökt med [skiktröntgen](#) om ögonmuskeln är förlamad. Den läkare som först har undersökt dig kan skicka [remiss](#) till röntgen. Då röntgas dina ögonmuskler och nerverna som går till ögats muskler.

Behandling med prismaglasögon

Det finns olika behandlingar som kan hjälpa vid skelning och dubbelseende. Vilken behandling du får beror på vad som orsakar besvären.

Särskilda prismaglasögon kan hjälpa synen

Prismaglasögon kan ibland göra så att din skelning och ditt dubbelseende blir bättre. Prismaglasögonen är slipade så att de hjälper dina ögon att titta på samma föremål samtidigt.

Prismaglasögon fungerar ofta bra om du har en dold skelning. De kan göra att dina ögon lättare kan slappna av utan att du får besvär med till exempel dubbelseende.

Du får prova ut prismorna på en ögonmottagning. Prismorna slipas sedan in i glasögon. Prismaglasögonen ser ut som vanliga glasögon.

Behandling med prismaglasögon fungerar inte om skelningen är stor. Då kan du bli hjälpt av en operation. Under en tid kan du behöva täcka för ena ögat för att inte se dubbelt.

Operation vid skelning och dubbelseende

En ögonläkare kan operera dina ögonmuskler om skelningen är stor och du har besvär som inte förväntas bli bättre av sig själv.

Ögonen riktas åt samma håll

Operationen gör att ögonen riktas om så att de tittar åt samma håll. Du får information från ögonmottagningen hur du ska förbereda dig inför operationen.

Det är vanligt att få [narkos under operationen](#).

Efter operationen

Ögat behöver inte vara övertäckt efter operationen. Ibland kan det göra lite ont i ögat efteråt. Det går oftast bra att lämna sjukhuset samma dag.

Du bör inte köra bil eller något annat fordon så länge synen är nedsatt efter operationen.

Du får komma till sjukhuset för ett återbesök efter en vecka. Då undersöker ögonläkaren eller ortoptisten att din syn fungerar som den ska.

Vad är skelning?

Ögat kan röra sig i ögonhålan tack vare sex små muskler. När musklerna dras ihop kan blicken föras uppåt-nedåt, inåt-utåt eller roteras. Musklerna styrs av tre hjärnnerver.

Skelning beror på att musklerna som styr ögonens rörelser inte samarbetar som de ska. Skelningen visar sig ofta som att ena ögat pekar inåt, utåt, uppåt eller nedåt i förhållande till det andra ögat. Ibland kan skelningen växla mellan ögonen.

Samsynen fungerar inte som den ska

När dina ögon samarbetar som de ska kan du rikta ögonen mot samma punkt. Det skapas då en bild på höger ögas näthinna och en på vänster ögas näthinna. Bilderna skickas till hjärnans syncentrum och smälter där samman till en gemensam bild. Det kallas samsyn. Då får du ett djupseende och kan bedöma avstånd.

Bilderna kan inte smälta samman till en gemensam bild när ett öga skelar.

Vid skelning kan hjärnan se två bilder

[Hjärnan kan se två bilder](#) när ögonen inte samarbetar som de ska. Då tittar ögonen bredvid varandra i stället för att titta tillsammans på en punkt. Du kan då se dubbelt och förlora djupseendet. Då kan du också få svårt att bedöma avstånd.

När skelningen finns hela tiden

När du skelar hela tiden kallas det manifest skelning. Då pekar ögonen åt olika håll hela tiden. Hjärnan kopplar då bort det ena ögats bild. Det gäller om ögonen har pekat åt olika håll sedan barndomen. Du såg då inte dubbelt som barn och kommer inte heller göra det som vuxen. [Läs om skelning hos barn.](#)

Dold skelning märks ibland

En dold skelning syns inte hela tiden utan kan märkas ibland, till exempel när du blir trött. När du har dold skelning riktas ögonen åt samma håll med viss ansträngning. Ögonen kan behöva slappna av när du blir trött eller är sjuk. Då kan ögonen glida isär och skelningen märks.

Du kan bli trött i ögonen av att anstränga ögonen på det här sättet. Du kan också få huvudvärk och se dubbelt när ögonen glider isär.

Du har förmodligen haft skelningen sedan du var barn utan att det har märkts.

Skelningen kan finnas från barndomen

Manifest och dold skelning kan vara medfödd. Både manifest och dold skelning kan också [utvecklas under barndomen](#) eller när du är vuxen.

Du kan se dubbelt om du får en skelning som vuxen

Du kan se dubbelt om du får en manifest skelning i vuxen ålder. Då skelar ögat hela tiden. Du har då inte haft skelningen som barn. En skelning som du får som vuxen kallas nyttillkommen skelning.

Det kan finnas flera orsaker till att du får en skelning som vuxen. Det kan till exempel bero på det här:

- Dina ögonmuskler har skadats eller blivit förlamade. Hjärnan hos en vuxen person har inte samma möjlighet att vänja sig vid att koppla bort ena ögat. Det gör att du ser dubbelt. Förlamning beror ofta på att en nerv som går till ögonmusklerna har fått svagare blodcirkulation.
- Ögonmusklerna eller nerverna som går till ögonmusklerna har blivit förlamade av en [stroke](#), en inflammation eller en tumör, men det är ovanligt. Då har du nästan alltid andra symtom också.
- Skelningen har varit dold sedan du var barn och du märker den först när du är vuxen. Då kan du skela när dina ögonmuskler blir trötta efter en längre tids ansträngning, till exempel när du har läst länge på en mobilskärm eller en datorskärm.

Vad är dubbelseende?

En bild skapas på näthinnan i höger och vänster öga. Bilderna skickas till hjärnans syncentrum. Där smälter de samman till en gemensam bild. När ögonen är riktade åt olika håll kan du se dubbelt.

Dubbelseende kan bero på skelning, dold skelning eller något problem med synen, till exempel [grå starr](#).

Varför ser jag dubbelt?

[Synen](#) fungerar som den ska när det skapas en bild på höger ögas näthinna och en på vänster ögas näthinna. Bilderna skickas till syncentrum och smälter samman till en gemensam bild.

Bilderna kan inte smälta samman till en gemensam bild när ett öga skelar. Det beror på att bilden som det ena ögat skickar till syncentrum är olik bilden som det andra ögat skickar. Då ser du dubbelt.

Dubbelseende som beror på skelning försvinner om du täcker för det ena ögat. Då tolkar hjärnan bara bilden från ett öga. Då ser du tydligt. Dubbelseendet kommer tillbaka när du sedan tittar med båda ögonen igen.

Du kan ibland se dubbelt vid dold skelning

Du kan också uppleva att du ser dubbelt om du har en dold skelning. Du kan märka det som att bokstäverna hoppar när du läser. Du kan också bli trött i ögonen eller få ont i huvudet.

Du kan behöva byta glasögon

Ibland kan dubbelseende bero på att du har glasögon som inte har rätt styrka. Den sortens dubbelseende beror inte på skelning.

Dubbelseende kan bero på grumlig lins

Du kan också se dubbelt om du har grumlingar i ögats lins. Det kan bero på [grå starr](#). Du kan också ha grumlingar i ögats hornhinna. Då kan ljusstrålarna splittras så att du ser dubbelt även när du tittar bara med ett öga. Då beror dubbelseendet inte på skelning.

Du kan testa själv om dubbelseendet finns kvar när du bara tittar med ett öga. Håll för ett öga i taget och se om dubbelseendet finns kvar eller försvinner på något av ögonen.

Ögonmusklerna kan ha påverkats


Ibland kan dubbelseende och skelning bero på att ögonmuskeln har blivit förlamad, men det är ovanligt. Då behöver du träffa en läkare som utreder orsaken till förlamningen.

Du ska förstå informationen

För att du ska kunna vara delaktig i din vård och behandling är det viktigt att du [förstår informationen](#) du får av vårdpersonalen. Ställ frågor om du inte förstår. Du ska till exempel få information om behandlingsalternativ och hur länge du kan behöva vänta på vård och behandling.

Du har möjlighet att få hjälp av en tolk [om du inte pratar svenska](#). Du har också möjlighet att få hjälp av en tolk [om du har en hörselnedsättning](#).

MER PÅ 1177.SE

 [Skelning hos barn](#)

 [Synhjälpmedel](#)

Senast uppdaterad:

2024-07-31

Redaktör:

Klara Johansson, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Frank Träisk, överläkare, St Eriks ögonsjukhus, Stockholm

Illustratör:

Kari Toverud, certifierad medicinsk illustratör

1177 – tryggt om din hälsa och vård

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt.

1177 ger dig råd när du vill må bättre.

1177 på flera språk

[I](#)

Om 1177

[I](#)

Kontakt

[I](#)

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).