
Transitorisk smarttelefonblindhet

KORT KASUISTIKK

ERIK ERIKSEN

ererik@ous-hf.no

Nevrologisk avdeling

Oslo universitetssykehus

Erik Eriksen er overlege ved Seksjon for hjerneslag.

Forfatter har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

ØYSTEIN KALSNES JØRSTAD

Øyeavdelingen

Oslo universitetssykehus

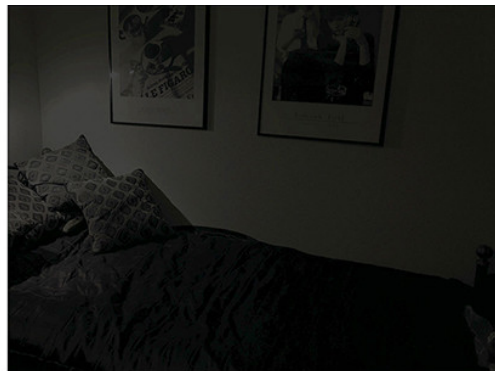
Øystein Kalsnes Jørstad er overlege, ph.d. og jobber spesielt med nevrooftalmologiske problemstillinger.

Forfatter har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

En ung kvinne hadde opplevd gjentatte episoder med kortvarig synstap på ett øye og ble henvist med spørsmål om transitoriske iskemiske anfall. Sykehistorien avslørte imidlertid at bakenforliggende årsak var et annet transitorisk fenomen.



Synsinntrykk venstre øye



Synsinntrykk høyre øye

Figur 1 Om det venstre øyet holdes lukket mens man bruker smarttelefon i sengen, mørkeadapteres dette øyet gradvis. Hvis man etter en stund løfter blikket, vil det ikke-mørkeadapterte høyre øyet oppleves som blindt i et svakt opplyst soverom sammenliknet med det mørkeadapterte venstre øyet. Illustrasjon: Geir Aksel Qvale

En tidligere frisk kvinne i 30-årene ble henvist av øyelege til vår slagpoliklinikk for utredning av gjentatte episoder med synstap på høyre øye. Henvisende øyelege hadde funnet normal øyestatus og mistenkte at bakenforliggende årsak var vaskulær (amaurosis fugax).

Pasienten fortalte om flere identiske episoder med smertefritt synstap de siste to årene. Hun opplevde disse som om hun plutselig hadde en mørk solbrille foran det høyre øyet. Synet normaliserte seg så gradvis i løpet av 10–15 minutter. Hun hadde ingen ledsagende symptomer. Episodene oppstod alltid om kvelden etter at pasienten hadde lagt seg, men deretter stod opp igjen, for eksempel for å gå på badet. Ved klinisk undersøkelse hadde pasienten helt normal nevrologisk og oftalmologisk status.

Ved ny gjennomgang av sykehistorien fremkom det at pasienten ofte brukte smarttelefonen sin i sengen etter å ha slukket lyset for kvelden. Hun pleide da å ligge med venstre ansiktshalvdel godt nede i puten og bare lese med sitt høyre øye. Konklusjonen vår ble at pasienten hadde opplevd fenomenet transitorisk smarttelefonblindhet.

Diskusjon

Begrepet transitorisk smarttelefonblindhet (*transient smartphone blindness* på engelsk) ble introdusert i The New England Journal of Medicine i 2016 [\(1\)](#). Publikasjonen beskrev to pasienter som begge hadde opplevd gjentatte episoder med monookulært synstap etter å ha brukt smarttelefon i sengen. Forklaringen viste seg å være at det ene øyet hadde vært tildekket av puten. Dette øyet ble dermed gradvis mørkeadaptert, mens det andre ble eksponert for lys fra smarttelefonen. Når pasientene etter en stund løftet blikket, opplevdes det ikke-mørkeadapterte øyet som blindt i et svakt opplyst soverom (figur 1).

Transitorisk smarttelefonblindhet er – som smarttelefonen – et moderne fenomen, og den fysiologiske forklaringen finner vi i netthinnen. Stavenes mørkeadaptasjon er en tidkrevende prosess og kan skje i ett øye uavhengig av det andre [\(2\)](#). Det tar minst 40 minutter å oppnå full mørkeadaptasjon. Vår pasient opplevde symptomer i 10–15 minutter, mens varigheten av amaurosis fugax gjerne er kortere. Det er viktig å kjenne til denne spesielle formen for forbigående synstap, slik at man unngår unødvendig bekymring, utredning og behandling.

Pasienten har samtykket til publisering av denne artikkelen.

Artikkelen er fagfellevurdert.

LITTERATUR

1. Alim-Marvasti A, Bi W, Mahroo OA et al. Transient smartphone "blindness". N Engl J Med 2016; 374: 2502–4. [PubMed][CrossRef]
2. Lamb TD. Why rods and cones? Eye (Lond) 2016; 30: 179–85. [PubMed][CrossRef]

Publisert: 18. mars 2021. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.20.0972

Mottatt 26.11.2020, første revisjon innsendt 4.2.2021, godkjent 8.2.2021.

Publisert under åpen tilgang CC BY-ND. Lastet ned fra tidsskriftet.no 27. mars 2026.