Behoud langer uw zicht: Wees alert op LMD!

Macula vereniging

Één op de vijf 55-plussers heeft kans op de oogaandoening leeftijdsgebonden macula-degeneratie (LMD), het verlies van het zicht in het centrale deel van het blikveld. Dit proces begint vaak onopgemerkt in één oog en is onomkeerbaar. Daarom is regelmatig zelfcontrole van het zicht vanaf 55 jaar essentieel. Gebruik hiervoor de zelftest aan de andere kant.

Testen is voor iedere 55-plusser belangrijk, maar wilt u weten of u tot de risicogroep behoort, doe dan de macula-risicotest op: maculavereniging.nl/maculatest. Mocht blijken dat u een hoger risico heeft, dan is het raadzaam elke week de zelftest te doen.

Ook als u LMD heeft, is zelfcontrole belangrijk om de ontwikkeling ervan in de gaten te houden. Treden er plotseling veranderingen op, raadpleeg dan onmiddellijk uw (oog)arts. Dit kan erop duiden dat droge LMD (veelal langzame progressie) is overgegaan in de natte LMD waarbij in relatief korte tijd substantieel - en vaak permanent - zichtverlies kan ontstaan. Adequate behandeling kan in veel gevallen de progressie afremmen en daardoor de fase van substantieel zichtverlies belangrijk uitstellen.
Nog geen lid van de MaculaVereniging? Bekijk de voordelen op: maculavereniging.nl/lidworden

Voor meer informatie kijk op: maculavereniging.nl/zichtopuwogen.

Voor vragen en contact over maculadegeneratie:

MaculaVereniging
Infolijn: 030-298 07 07
E-mail: info@maculavereniging.nl
Website: maculavereniging.nl

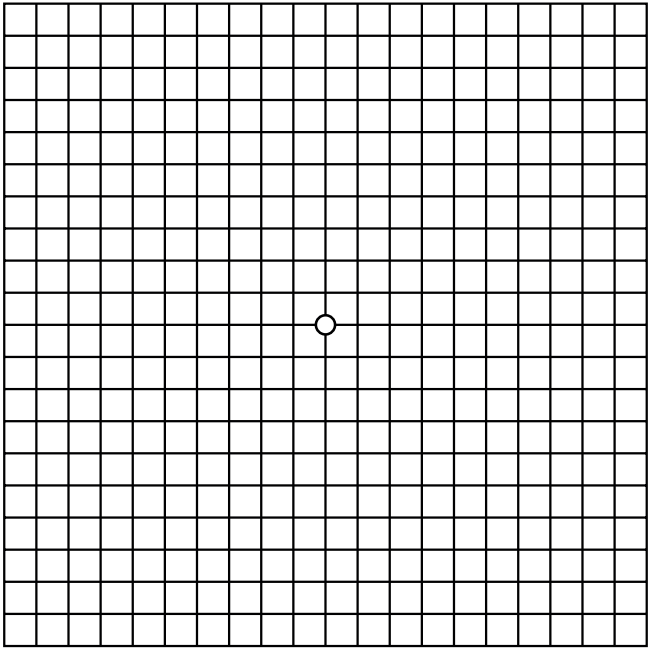
maculavereniging.nl/maculatest

maculavereniging.nl/lidworden

maculavereniging.nl/zichtopuwogen

Amslerraster

Macula vereniging



Bewaar deze kaart goed en gebruik hem heel regelmatig.

Zelftest

Dit raster is bedoeld als zelftest om te ontdekken of er in één of beide ogen sprake is van macula-degeneratie, of om de ontwikkeling ervan in de tijd te volgen.
Hoe gaat de test?

1. Draag uw leesbril of lenzen.
2. Houd het raster op 30 centimeter van het gezicht.
3. Bedek één van de ogen met de hand.
4. Kijk met het andere oog naar het middelpunt van het raster.
5. Herhaal de test met het andere oog.

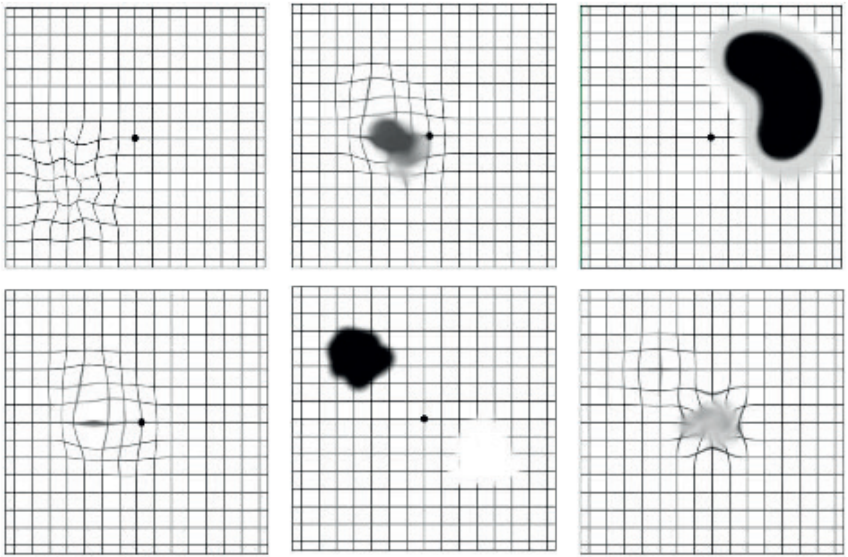
Kijk goed naar wat u ziet.

Neemt u golvende lijnen of vervormingen waar? Verschijnen er zwarte of vage vlekken?

Als dat het geval is, neem dan direct contact op met uw oog- of huisarts en vertel aan de arts welke van de bovenstaande verschijnselen u waarneemt. Spoed is hierbij geboden, bij één van de vormen van macula-degeneratie is onmiddellijk ingrijpen essentieel. Meestal kunt u binnen één week bij een oogarts terecht.

Voor meer informatie:
maculavereniging.nl/zichtopuwogen

Voorbeelden van afwijkingen.

In de onderstaande plaatjes worden mogelijke vormen van vervormingen weergeven. Dit zijn niet meer dan een aantal voorbeelden, lang niet iedereen die macula degeneratie heeft ziet dezelfde vervormingen. Zelfs als u ook maar een klein golfje in een lijntje ziet, ga naar de huisarts of optometrist en vraag een verwijzing naar een oogarts. Ziet u ook maar een vaag vlekje, ongeacht of die donker of grijs is, ga naar de huisarts of optometrist en vraag een verwijzing naar een oogarts.

Voor meer informatie kijk op: maculavereniging.nl/zichtopuwogen