



BEOORDELING GEZICHTSSCHERPTE

De beoordeling van uw gezichtsscherpte om veranderingen op te sporen die op AMD zouden kunnen wijzen, kan aan de hand van drie complementaire methoden worden uitgevoerd. Het doel van deze tests is na te gaan of bepaalde zones van uw centrale gezichtsvermogen zijn vervormd. Dit betekent dat u in plaats van een rechte lijn of tekst een golvende lijn, wazige of geen tekst ziet.

De tests die wij voorstellen, zijn de volgende:

- ✓ Omgevingstest
- ✓ Bijziendheidstest
- ✓ Amsler-raster

1

OMGEVINGSTEST



- ✓ **Bedek één oog met uw hand**, zonder druk uit te oefenen.
- ✓ **Kijk om u heen en controleer of er vervormingen optreden.**
Dit is gemakkelijker als u naar de randen van deuren, ramen, televisieschermen, tegels en fotolijsten kijkt.
- ✓ **Herhaal de test met uw andere oog.**
- ✓ Als u vervormingen vaststelt, **neemt u best contact op met uw oogarts.**

2

BIJZIENDHEIDSTEST

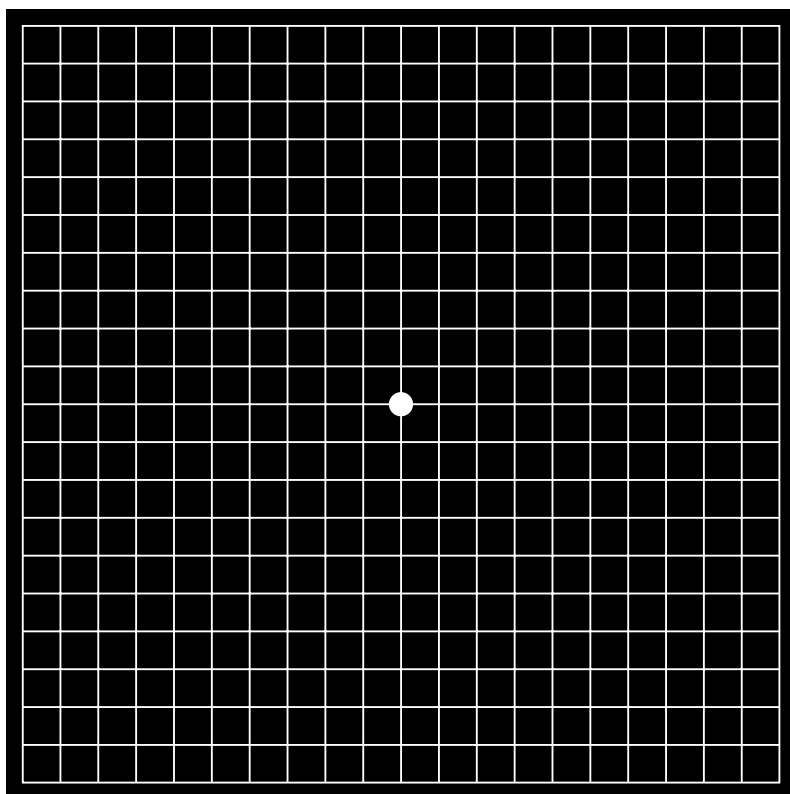
- ✓ **Zet indien nodig uw** leesbril op.
- ✓ **Bedek één oog met uw hand**, zonder druk uit te oefenen.
- ✓ **Lees de teksten in onderstaande tabel en controleer of de letters zijn vervormd.**
- ✓ **Herhaal de test met uw andere oog.**
- ✓ **Als u vervormingen vaststelt, neemt u best contact op met uw oogarts.**

1,0	AMD is een ziekte die progressief gezichtsverlies kan veroorzaken. Het is de meest voorkomende maculaire aandoening en treft meestal mensen boven 50 jaar. Als de diagnose in een vroeg stadium wordt gesteld, zijn er behandelingen beschikbaar om slechtziendheid te voorkomen. AMD tast de macula aan, een klein gebied in het midden van het netvlies dat verantwoordelijk is voor het centrale zicht.
0,8	Maculadegeneratie tast dus het centrale zicht aan en daarom lijkt alles wat je ziet, wazig of vervormd. De persoon in kwestie verliest zijn of haar gezichtsscherpte en het vermogen om kleuren te onderscheiden, zonder dat het perifere zicht verandert. Tot de risicofactoren behoren genetische aanleg, leeftijd en roken (unaniem erkend), maar ook het vrouwelijke geslacht, hoge bloeddruk en zwaarlijvigheid (factoren die worden bestudeerd), naast factoren die verband houden met oxidatieve stress, zoals de chronische blootstelling aan licht.
0,6	Een verkeerd voedingspatroon is een belangrijke risicofactor voor AMD. De combinatie van deze verschillende factoren bij mensen met een genetische gevoeligheid werkt het ontstaan van drusen in de hand. Deze vormen de eerste stap in de ontwikkeling van AMD. Momenteel zijn er geen geneesmiddelen die het ontstaan van AMD voorkomen. Het is echter raadzaam om risicofactoren te vermijden en voedingsadviezen op te volgen, en om je levensstijl aan te passen.
0,4	Voedingsstoffen zoals luteïne en zeaxanthine, vitamine C, D en E, sommige sporenelementen (zink en koper), omega 3-vetzuren en sommige polyfenolen (resveratrol en hydroxytyrosol) blijken heilzame eigenschappen te hebben. Droge of atrofische AMD is de meest voorkomende vorm (85-90 % van de patiënten) en minder ernstig.
0,1	De gezichtscellen van het netvlies worden vervangen door atrofische zones (zonder gezichtscellen) rond de macula. Deze verspreiden zich langzaam, zonder dat dit in het begin gezichtsproblemen veroorzaakt. Natte of exsudatieve AMD is een minder vaak voorkomende vorm (10-15 % van de patiënten), maar verloopt sneller.

3

AMSLER-RASTER

- ✓ **Plaats het raster – met uw leesbril op – op 40 cm afstand bij voldoende verlichting en bedek één oog zonder druk uit te oefenen.**
- ✓ **Richt uw blik op de centrale stip. Terwijl u uw blik op het midden gericht houdt, moet u de rest van het raster kunnen zien. Houd uw blik op de centrale stip gericht en controleer of u golvende, wazige of onderbroken lijnen ziet.**
- ✓ **Herhaal de test met uw andere oog.**
- ✓ **Als u vervormingen vaststelt, neemt u best onmiddellijk contact op met uw oogarts.**



Voorbeelden van vervormingen:

