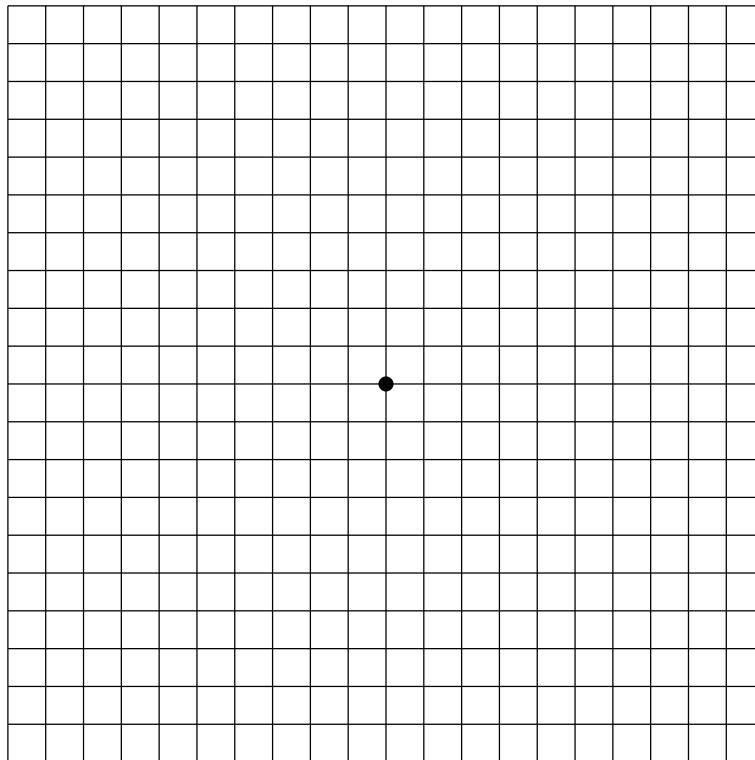


Amsler-Gitter-Test

Selbstkontrolle des zentralen Sehens

Drucken: A4, tatsächliche Größe / 100 %, keine Seitenanpassung. Das Gitter muss auf dem Ausdruck 10 × 10 cm messen.

1. Sorgen Sie für gutes Licht. Tragen Sie Ihre Lesebrille, falls Sie eine benutzen. Halten Sie etwa **30 cm Abstand** zum Gitter.
2. Decken Sie ein Auge ab, ohne darauf zu drücken. Schauen Sie mit dem anderen Auge auf den **schwarzen Punkt in der Mitte**. Lassen Sie den Blick dort.
3. Achten Sie darauf, ob Linien wellig, gebogen oder unterbrochen wirken oder Bereiche verschwommen, dunkel oder nicht sichtbar sind.
4. Wiederholen Sie den Test mit dem anderen Auge. Prüfen Sie regelmäßig nach augenärztlicher Empfehlung.



Originalgröße: 10 × 10 cm | Bitte nach dem Ausdrucken mit einem Lineal prüfen.

Neue oder zunehmende Veränderungen?

Bitte umgehend augenärztlich abklären lassen. Praxis: **07741 63322**.

Warten Sie nicht bis zum nächsten Kontrolltermin.

Auch ein unauffälliger Selbsttest schließt eine Netzhauterkrankung nicht aus und ersetzt keine augenärztliche Untersuchung.