

Sind Sie 50 Jahre oder älter, dann führen Sie diesen Test regelmässig durch.

1. Falls Sie beim Lesen eine Sehhilfe (Brille, Kontaktlinsen) verwenden, dann sollten Sie diese auch beim Test tragen. Führen Sie den Test immer an demselben, hellen Ort durch.



2. Decken Sie ein Auge mit der hohlen Hand ab.



3. Betrachten Sie das Amsler-Gitter bei heller Beleuchtung in bequemer Lesedistanz (30 - 40 cm).

4. Fixieren Sie mit dem anderen Auge den schwarzen Punkt in der Mitte des Gitters.

5. Beurteilen Sie, ohne die Fixation des Punktes aufzugeben, wie der Rest des Gitters aussieht.

6. Vermeiden Sie es, den Blick über das Gitter wandern zu lassen.

7. Wiederholen Sie anschliessend den Test mit dem anderen Auge.



8. Testergebnis:
 - a. Sind leere, verzerrte, verschwommene Stellen oder gewellte Linien sichtbar?
 - b. Haben nicht alle Quadrate dieselbe Grösse oder scheinen Quadrate zu fehlen?
 - c. Sind nicht alle 4 Ecken des Amsler-Gitters sichtbar?

9. **Wenn dies der Fall ist, sollten Sie umgehend Ihren Augenarzt kontaktieren.**

10. Behalten Sie den Test oder geben Sie ihn an Freunde, Bekannte oder Verwandte weiter.

Näheres erfahren Sie bei der Retina Suisse Beratungsstelle unter Tel.: 044 444 10 77 oder e-Mail: info@retina.ch oder Internet: www.retina.ch.

Die feuchte Altersbedingte Makuladegeneration (AMD)

AMD: Hauptursache für den Verlust des Sehvermögens in der zweiten Lebenshälfte

Die altersbedingte Makuladegeneration (AMD) ist in der westlichen Welt die häufigste Ursache für den Verlust des Sehvermögens bei Menschen über 50 Jahren. Auch in Drittweltländern rangiert die AMD unter den zehn relevantesten Augenkrankheiten. Mit dem Alter nimmt die Wahrscheinlichkeit, an der AMD zu erkranken, rasch zu: Zwischen 65 und 74 Jahren leidet jeder Zehnte, zwischen 75 und 84 sogar jeder Dritte unter der AMD. Auch genetische Faktoren spielen bei der Entstehung der AMD eine Rolle und Rauchen steht bei den beeinflussbaren Risikofaktoren an vorderster Stelle.

Trocken oder feucht – die Formen der AMD

Es gibt verschiedene Formen und Stadien der AMD. Die wichtigste Unterteilung ist in die trockene und die feuchte Form. Diese Formen können gleichzeitig auftreten oder aus einer trockenen kann sich eine feuchte AMD entwickeln. Die feuchte AMD verläuft aggressiver, schneller und folgenreicher. Obwohl die trockene Form 85 – 90 % der AMD-Fälle ausmacht, trägt die feuchte Form zu 90 % der schweren Sehbehinderungen durch AMD bei. Nur die feuchte AMD kann heute auch behandelt werden – wenn sie früh genug erkannt wird.

Beginn der Makuladegeneration

Degeneration von Gewebe ist ein typischer Alterungsprozess. Eine Makuladegeneration beginnt mit Ablagerungen in der Bruch'schen Membran. Dieses Stadium wird trockene Makulopathie genannt. Aus dieser Frühform kann sich schleichend die trockene AMD entwickeln. Die Schädigung der Makula zu diesem Zeitpunkt führt zu einer Beeinträchtigung, jedoch nicht zum Verlust des Sehvermögens im zentralen Gesichtsfeld. Bei der feuchten AMD bilden sich darüber hinaus in den unteren Schichten abnorme Blutgefässe, die die nicht mehr intakte Bruch'sche Membran durchdringen. Dadurch beginnt sich die Retina zu wölben und die Betroffenen sehen verzerrte Linien.

Fortgeschrittene feuchte AMD

Die abnormen Blutgefässe sind durchlässig und laufen aus. Blut und Flüssigkeit dringen bis in die Retina. Dadurch wölbt sich die Retina weiter auf und das Sehvermögen im zentralen Bereich des Gesichtsfelds verschlechtert sich in der Regel rasch: Die Folge für den Betroffenen sind zunehmende Verzerrungen und Unschärfe, Kontrastverlust und Blendempfindlichkeit – bis hin zum gänzlichen Verlust des zentralen Gesichtsfelds (blinder Fleck = Skotom). Die Flüssigkeitsansammlung führt zur Bildung von Ödemen (übermässige Flüssigkeitsansammlung im Gewebe) und schlussendlich zu Narbengewebe, welches die Makula zerstört.

Frühzeitig erkennen, rasch beim Arzt vorbeigehen

Der Erfolg einer Therapie wird massgeblich durch den Zustand der Netzhaut des Patienten bei Behandlungsbeginn bestimmt. Früherkennung ist massgeblich für den Therapieerfolg!

Augenblick Mal! Sehtest mit dem Amsler-Gitter

