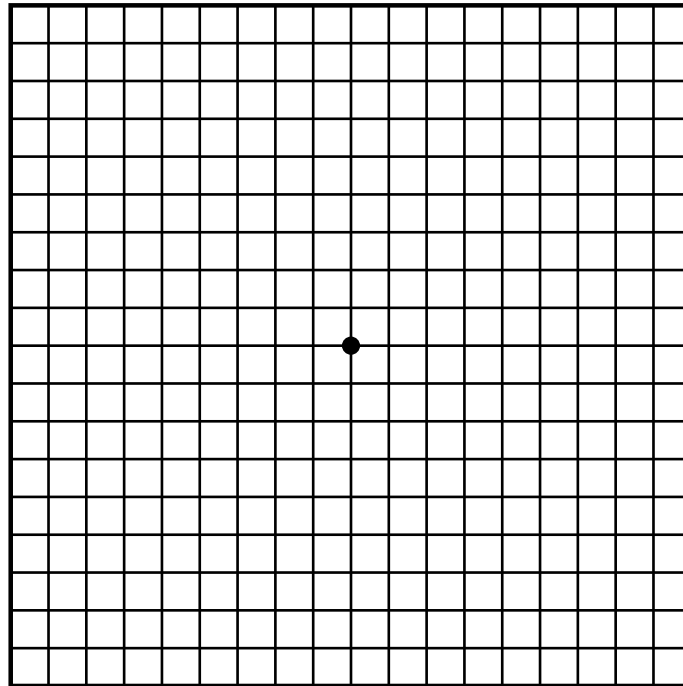


Grelha de Amsler



Imprima em tamanho real (100%), sem ajustar à página.

► Como usar a Grelha de Amsler

1 Prepare o ambiente

- Realize o teste num local bem iluminado.
- Use os seus óculos de leitura ou lentes de correção, se necessário.

2 Posicione a grelha de Amsler corretamente

- Segure a grelha de Amsler a cerca de 30 a 40 cm de distância dos olhos, como faria ao ler um livro.

3 Teste um olho de cada vez

- Tape um dos olhos com a mão.
- Olhe diretamente para o ponto central da grelha com o olho descoberto.

4 Observe as linhas

- Enquanto fixa o olhar no ponto central, observe se todas as linhas horizontais e verticais parecem retas e se todas as partes da grelha estão visíveis.
- Note qualquer área onde as linhas pareçam distorcidas, onduladas, borradas ou ausentes.

5 Repita o teste no outro olho

- Cubra o outro olho e repita o processo.

6 Anote qualquer alteração

- Se perceber qualquer distorção, linhas onduladas, manchas escuras ou áreas em falta, marque esses pontos na grelha e informe imediatamente o seu oftalmologista.

Vê tortas as linhas direitas? Procure o seu médico oftalmologista!