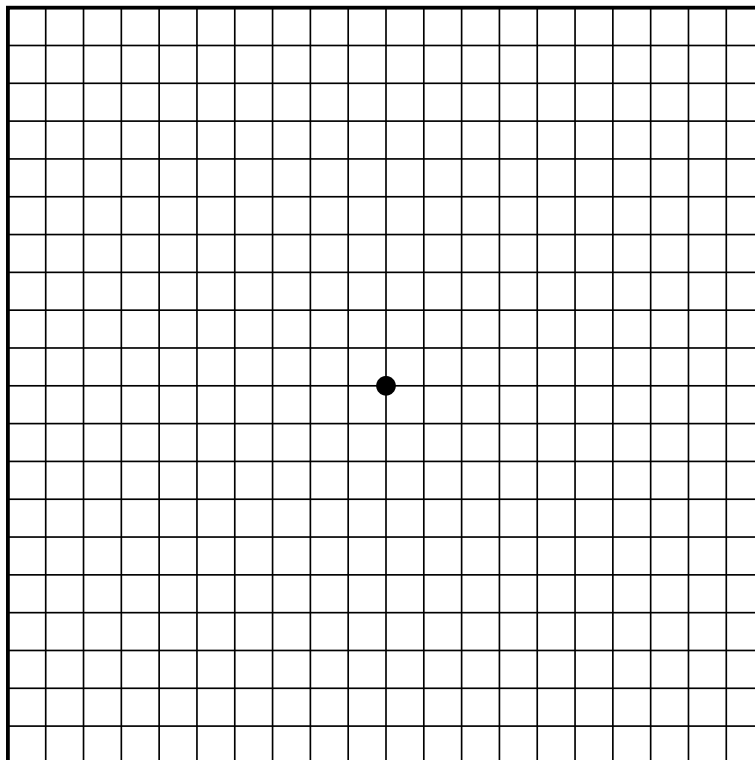


Сетка Амслера

Домашний скрининг центрального зрения. Каждый квадрат — 5 мм; с расстояния 28–30 см он виден под углом около 1°.



Как проверять

1. Наденьте очки или линзы для чтения, если пользуетесь ими. Освещение — яркое и ровное.
2. Держите лист на расстоянии 28–30 см от глаз, центр сетки — на уровне глаз.
3. Прикройте один глаз ладонью, не надавливая на него.
4. Смотрите только на чёрную точку в центре. Не переводите взгляд, оценивайте сетку «боковым» зрением.
5. Обратите внимание: все ли линии прямые, все ли квадраты одинаковые, видны ли все четыре угла, нет ли размытых, тёмных или пропадающих участков.
6. Отметьте карандашом найденные изменения на бланке (страница 2) и повторите для другого глаза.

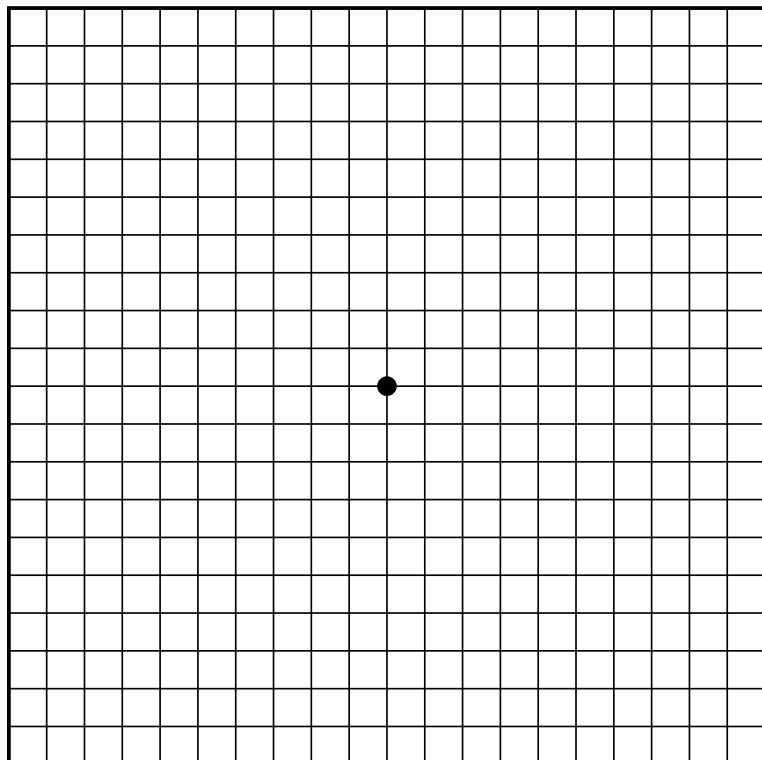
Если линии кажутся волнистыми, часть сетки пропадает или изменения появились впервые — запишитесь к офтальмологу в ближайшие дни. При внезапном ухудшении зрения обращайтесь за помощью сразу. Сетка Амслера не заменяет осмотр глазного дна.



Проверьте: линия должна быть ровно 10 см. Печатайте в масштабе 100% («Реальный размер»).

Сетка Амслера · бланк для отметок

Обведите участки, где линии искривлены, размыты или пропадают. Храните бланки и возьмите их на приём — врачу важна динамика.



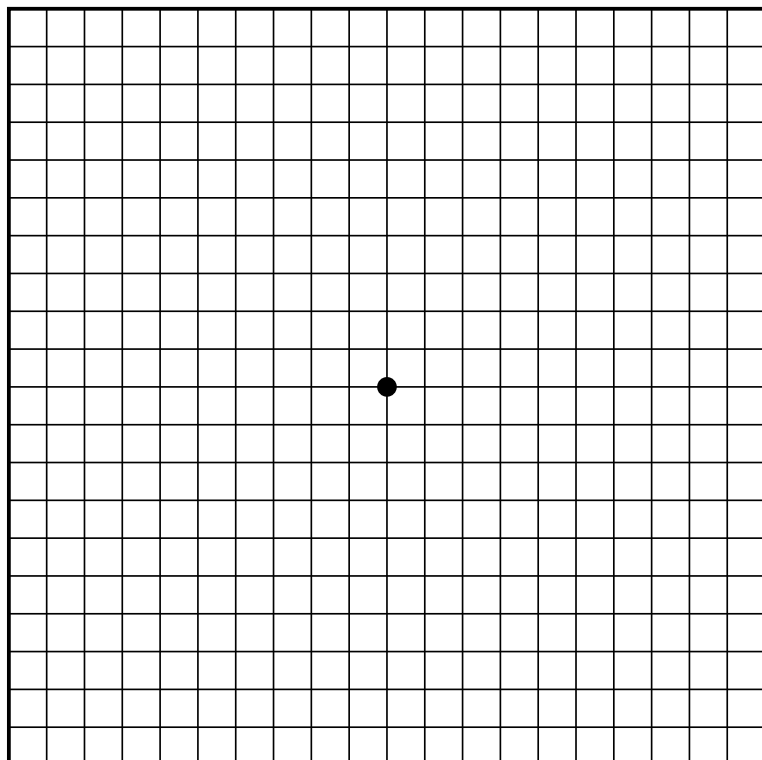
Правый глаз

Дата: _____

Очки / линзы: _____

Время суток: _____

Что заметили:



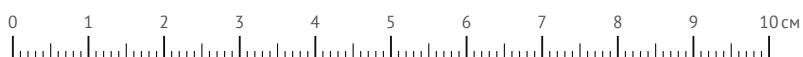
Левый глаз

Дата: _____

Очки / линзы: _____

Время суток: _____

Что заметили:



Проверьте: линия должна быть ровно 10 см. Печатайте в масштабе 100% («Реальный размер»).