

Votre vue : un capital précieux qu'il faut préserver

Vous venez de consulter votre ophtalmologiste. Celui-ci vous a remis cette fiche afin que vous puissiez contrôler vous-même votre vue.

Pourquoi surveiller régulièrement votre vue ?

Parmi les affections menaçant la vue avec l'âge, la DMLA, malgré les progrès récents, est une affection oculaire grave et d'un pronostic réservé.

La DMLA est la 1^{ère} cause de cécité légale en France et dans les pays industrialisés chez les plus de 50 ans.

Elle touche plus d'un million de personnes en France et 8 % des personnes de plus de 60 ans. Les premiers signes de la maladie ne sont visibles que par l'ophtalmologiste. Il n'y a aucune douleur.

Le patient ne perçoit que les symptômes qu'à un stade déjà évolué de la maladie.

Le signe le plus commun est la baisse de l'acuité visuelle : d'abord sous la forme d'une augmentation du besoin de lumière à la lecture. Un autre symptôme, simple à surveiller grâce à la grille d'Amsler, doit alarmer et décider à consulter rapidement : c'est l'apparition des lignes droites qui deviennent déformées.

Cette grille est un moyen simple mis à votre disposition pour surveiller l'évolution de votre vue.

Comment utiliser cette grille ?

Suivez les instructions figurant au dos, et, si l'un des carrés ou l'une des ligne vous apparaît déformé, consultez votre médecin.

Il vous indiquera une prise en charge adaptée à votre cas.

Testez régulièrement vos yeux chez vous

Votre ophtalmologiste vous a recommandé de surveiller votre vue fois par mois. Vous pouvez la vérifier vous-même à l'aide du test ci-dessous.

1

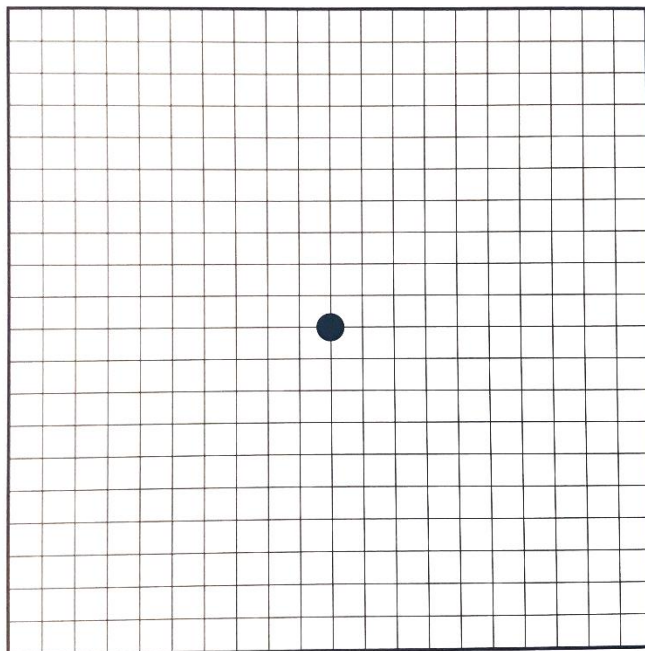
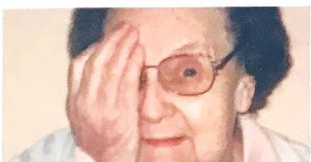
Placez cette grille devant votre œil dans un endroit bien éclairé.

2

Tenez vous à 30 cm de la grille.

3

Mettez vos lunettes de lecture et cachez un œil



4

Visiez le point central pendant 1 minute

Répéter l'opération avec le 2^e œil

5

Si l'un des carrés, ou l'une des lignes, apparaît déformé(e), flou, ou absent(e), consultez votre ophtalmologiste.