

Deze kaart helpt u zelf het gezichtsvermogen te controleren. De kaart is **niet** bedoeld als vervanging van bezoek aan uw oogarts. Het is een hulpmiddel om achteruitgang van het gezichtsvermogen vroeg op te sporen.

U kunt deze kaart gebruiken wanneer u:

- behandeld bent met injecties in het oog voor maculadegeneratie;
- een hoog risico heeft op het ontwikkelen van maculadegeneratie;
- om een andere reden van de oogarts het advies heeft gekregen om deze kaart te gebruiken.

Deze kaart bevat een **Radner leeskaarttest** en de **Amslertest**. Deze eenvoudige testen kunt u thuis zelf doen. Het beste is om beide testen éénmaal per week te doen.

### Hoe doet u de test?

Zorg ervoor dat de omstandigheden hetzelfde zijn als de vorige keer dat u de test deed. Let op de verlichting, het tijdstip op de dag, de afstand van de kaart tot uw oog en de plaats waar u de test doet.

### Vragen?

Bij vragen kunt u bellen naar de polikliniek Oogheelkunde.  
Telefoonnummer (073) 553 60 60.

### Uitleg Radner leeskaart

1. Draag uw bril die u normaal gebruikt om te lezen. Dus geen vergrootglas.
2. Houd de leeskaart op 30 tot 40 centimeter van uw gezicht.
3. Begin met lezen van de bovenste zin. (A)
4. Lees zin voor zin hardop voor, zo snel en nauwkeurig mogelijk.
5. Lees net zo lang door totdat u de woorden niet meer kunt herkennen.
6. Omcirkel de letter vóór de zin die u nog net kunt lezen.
7. Als de omcirkelde letter een andere is dan de laatste keer dat u de test deed, herhaal dan de test de volgende dag. Als u een regel minder ziet, dan belt u naar de polikliniek Oogheelkunde.

## Radner Leeskaarttest

Op de tafel stonden vroeger  
**A** de theepotten, die Jan voor  
nette gasten gebruiken wilde

De grote hond stootte tegen  
**B** de bierglazen, die net door  
onze dochter opgeruimd waren

Na schooltijd gingen ze naar  
**C** de dierentuin, waar net twee  
bruine wolven geboren waren

De kleine zuster vertelde over  
**D** de ziekenzaal, die zij voor  
arme mensen opzetten wilde

De meester genoot altijd van  
**E** de aardappels, die door mijn  
oude oma klaargemaakt worden

Op grote hoogte vliegen daar  
**F** de roofvogels, die door mijn  
kleine zusje bekeken worden

De kleuters stonden blij in  
**G** de winkelzaak, waar zij een  
leuke knuffel gekregen hadden

In Frankrijk huurden wij toen  
**H** de bakfietsen, die ons naar  
vele plaatsen gereden hebben

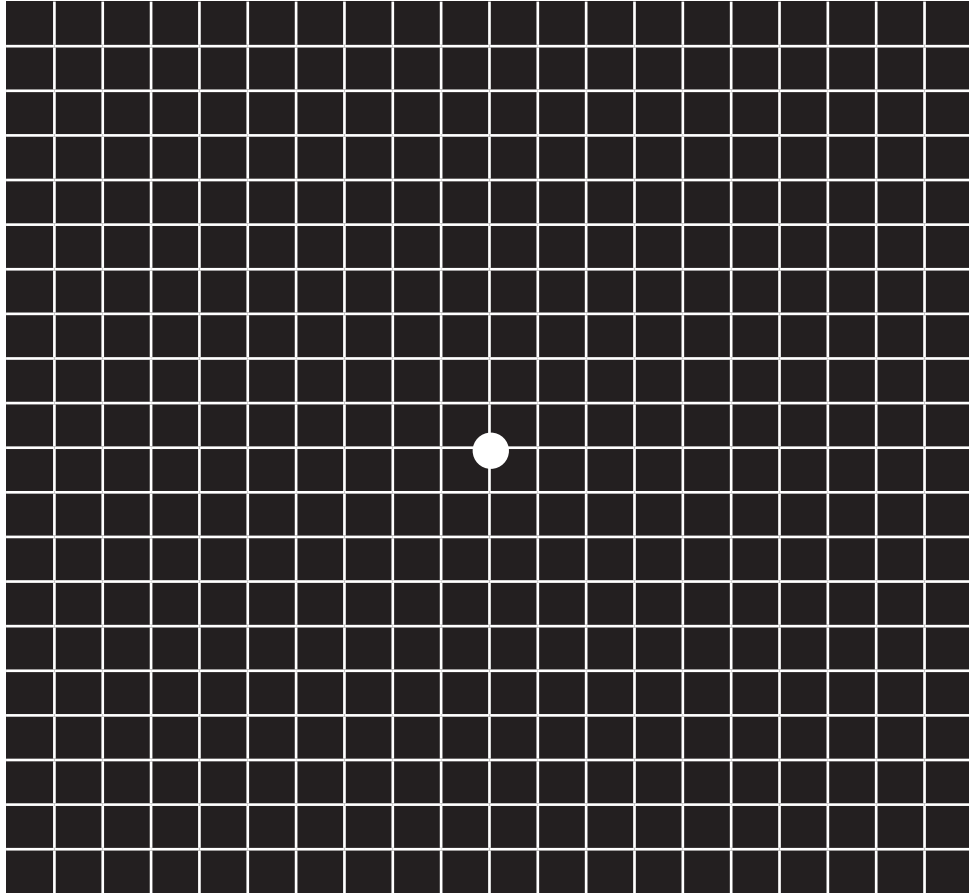
De dokter keek bezorgd naar  
**I** de wandelaars die nog veel  
hoge bergen beklimmen moesten

De jonge pastoor zei tijdens  
**J** de avondpreek dat hij graag  
alle dagen voetballen wilde

Op woensdag zochten we naar  
**K** de reactoren, waar wij ooit  
onze spoorrijt begraven hadden

In de apple omme graarden  
**L** de meesters die daar een  
tijde lang weggevoerd waren

## Amslertest



Het is belangrijk dat u ieder oog afzonderlijk en regelmatig test op een mogelijke aanwezigheid van maculadegeneratie.

1. Draag uw gewone bril of contactlenzen.
2. Houd het rooster op 30 centimeter van uw gezicht.
3. Bedek één oog met uw hand.
4. Kijk met het andere oog naar het middelpunt van het rooster.
5. Kijk goed wat er gebeurt.
  - Ziet u vervormingen of golvende lijnen?
  - Worden de golvende lijnen meer?
  - Verschijnen er zwarte of vage vlekken?
6. Herhaal de test nu eventueel met het andere oog



# ZELF- CONTROLE BIJ MACULADEGENERATIE