



MACULADEGENERATIE

NETVLIESVEROUDERING

Maculadegeneratie is de meest voorkomende oorzaak van slechtziendheid bij ouderen. Hierdoor zie je steeds minder details of kan het beeld vervormd raken.

Wat is maculadegeneratie?

Bij maculadegeneratie sterven cellen in het centrale deel van het netvlies - ook wel de macula genoemd - af. Hierdoor verlies je het centrale deel van je zicht en wordt het lastig om te lezen of om gezichten te herkennen.

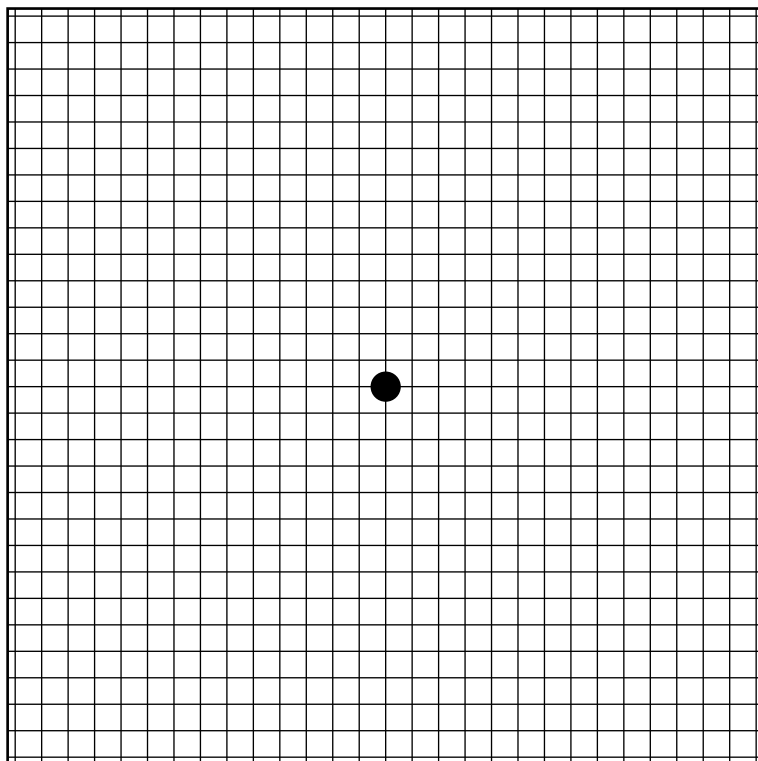
Oorzaken van maculadegeneratie

Meestal is de oorzaak van maculadegeneratie onduidelijk. Wel is bekend welke risicofactoren de kans op maculadegeneratie vergroten:

- **Leeftijd:** maculadegeneratie komt vrijwel alleen voor bij mensen boven de vijftig jaar. 37% van mensen boven de 75 jaar heeft een vorm van maculadegeneratie.
- **Erfelijkheid:** heb je een familielid met maculadegeneratie, dan is de kans groter dat je het zelf ook krijgt.
- **Zonlicht:** veel in de zon zitten is nadelig voor je netvlies. Gebruik daarom altijd een goede zonnebril.
- **Ongezonde leefstijl:** weinig vitamines, roken, veel ongezonde vetten en suikers eten. Een gezonde leefstijl draagt bij aan een gezonder netvlies.

Een compleet overzicht van risicofactoren vind je op onze website.

AMSLERKAART



Test nú je ogen op macula-afwijkingen

Zo werkt het:

1. Draag je een bril, zet deze dan op.
2. Houd deze test op leesafstand met goede belichting.
3. Dek één oog af.
4. Kijk rechtstreeks naar het centrale punt met het onafgedekte oog.
5. Noteer tijdens het rechtstreeks kijken naar het centrale punt of de hele kaart waargenomen wordt, of alle 4 de buitenhoeken zichtbaar zijn, of de lijnen van de kaart recht lopen en of er andere verstoorde zones zijn.
6. Herhaal deze handeling met het andere oog.
7. Indien de lijntjes ergens op de kaart verstoord lijken, onduidelijk, onderbroken of indien de ruitjes donker/verkleurd lijken, dan raden wij je een optometrisch onderzoek aan.

