



**Überprüfen Sie Ihre Sehfähigkeit anhand des Amseler-Gitter-Testes.  
Führen Sie den Test folgendermaßen durch:**

- Falls Sie beim Lesen eine Brille benutzen, sollten Sie diese auch bei dem Test tragen.
- Schauen Sie auf das Gitter in normalen Leseabstand (ca. 30-40 cm)
- Decken Sie ein Auge mit der Hand ab.
- Fixieren Sie mit dem anderen Auge den zentralen Punkt im Gitter.
- Wiederholen Sie den Test mit dem anderen Auge.

Treten Verbiegungen der Linien und Verzerrungen der Quadrate auf, können das Hinweise auf eine Veränderung der Netzhaut sein.

Holen Sie in diesem Fall umgehend den Rat Ihres Augenarztes ein!