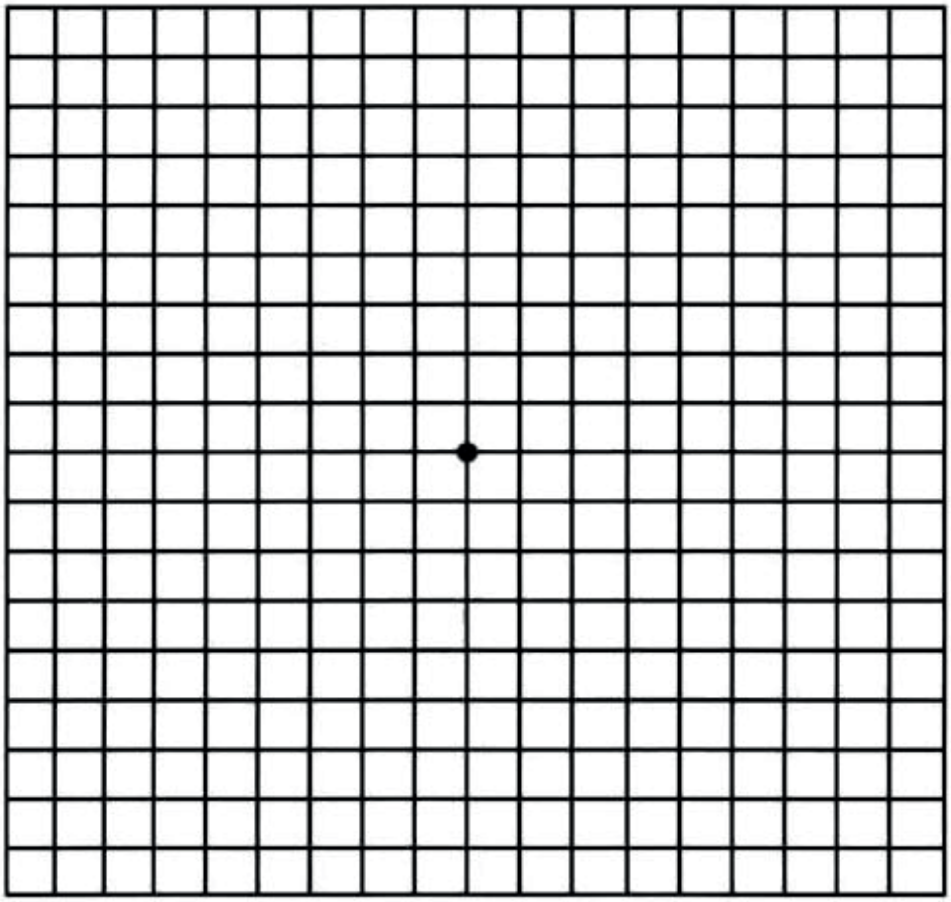
Teste sua visão

Para usar a Tela Amsler, siga estas etapas uma vez por dia:

1. Usando os óculos que você normalmente usa para ler, mantenha a grade a 30cm de distância do seu rosto, com boa luz.
2. Cubra um olho.
3. Olhe diretamente para o ponto central com o olho descoberto e mantenha-o focado nele.
4. Ao olhar diretamente para o ponto central, observe na visão lateral se todas as linhas de grade parecem retas ou se alguma linha ou área parece desfocada, ondulada, escura ou em branco.
5. Siga os mesmos passos com o outro olho.

Tela de Amsler



Esse teste não substitui o exame oftalmológico e você deve visitar seu oftalmologista periodicamente para um exame completo da sua retina.