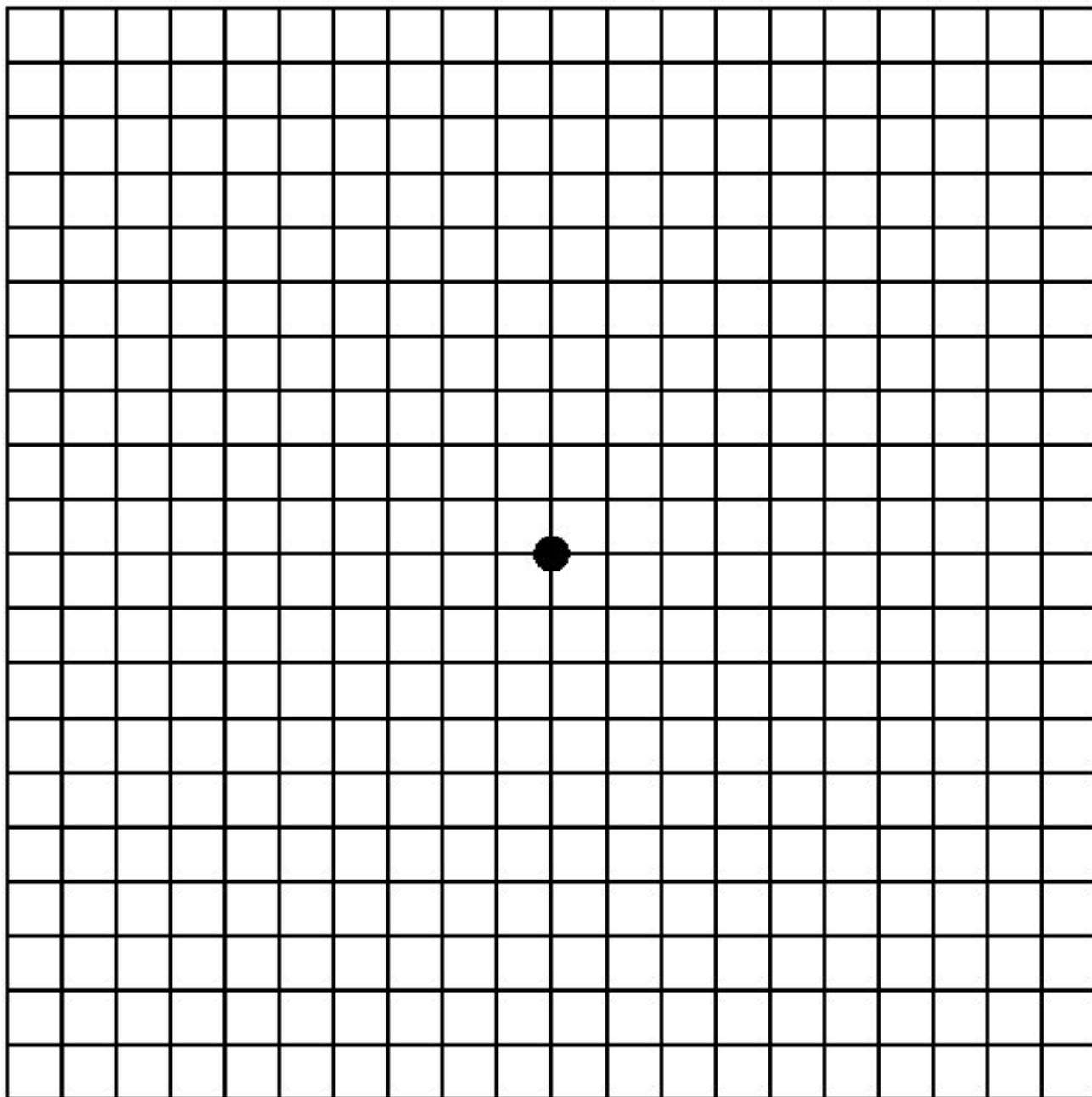


Grelha de Amsler



Para realizar este teste, siga as instruções:

Grelha de Amsler

1. Imprima a página de teste em formato padrão A4. Coloque a tabela a 50 centímetros (ou 20 polegadas) de distância do seu rosto. Se a página do teste estiver noutro formato, ou se desejar executar o teste no ecrã, terá de calcular a distância a que tem de pôr a tabela, usando a seguinte fórmula: meça a altura de qualquer um dos pequenos quadrados em milímetros. Divida o valor dessa medida por 5. Finalmente, multiplique-o por 30. O resultado mostra a distância à qual tem de colocar a grelha, em centímetros. E.g. $(8/5) \times 30 = 48$ cm.
2. Faça o teste com correção ocular (lentes de contacto ou óculos).
3. Teste um olho de cada vez, focando no ponto do centro da grelha. Comece com o olho direito, tapando o esquerdo sem o pressionar. Depois examine o olho esquerdo fazendo o oposto. Se estiver a usar óculos de correção, você pode cobrir o olho com uma folha de papel.
4. Todas as linhas devem ser retas, todas as intersecções devem formar ângulos retos e todos os quadrados devem ser do mesmo tamanho.
5. Se vir sinais anormais como: - linhas onduladas; - linhas desfocadas; - linhas distorcidas; áreas em falta ou áreas escuras na grelha; - se não conseguir ver todos os cantos e lados da grelha; ou se tiver dúvidas sobre a sua visão, visite o seu oftalmologista.

NOTA: take the results as a recommendation. The results do not indicate a diagnosis whatsoever. Performing the test does not mean you should skip regular visits to your eye doctor, because you could easily miss signs that only a trained eye care practitioner would find.