

## 黄斑変性症のチェックしてみよう！

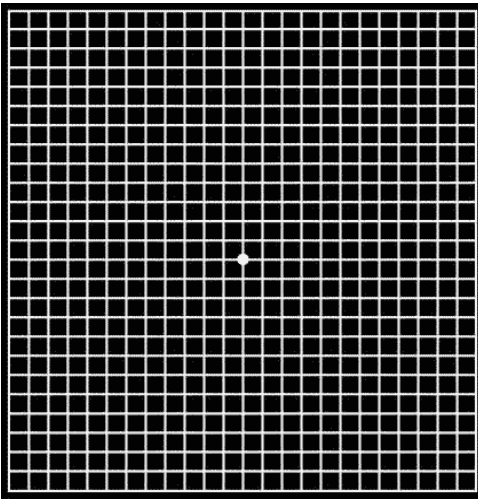


黄斑変性症とは、ゆがんだり、ぼやけたり、視野が欠けたり、失明率が高い眼病です。症状が出ていても、気付いていない人も多いので、一度チェックしてみてください！

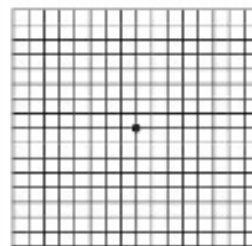
読書をする距離で、片方の目だけで左下の図の中心の点を見る。(老眼鏡を使ってもいい)

- ①すべての線がまっすぐ見えるか
- ②ゆがんだり、ぼやけて見えないか
- ③格子の一部が欠けて見えないか

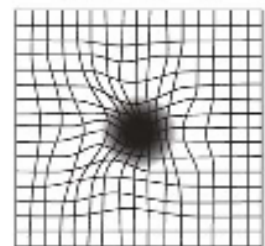
左右それぞれの目に、①～③のうち1つでも当てはまると可能性があります。



正常な見え方



加齢黄斑変性症の場合の見え方



## 飛蚊症のチェックしてみよう！



飛蚊症とは、糸くずや黒い点、ゴミや虫のようなものが見える目の病気です。症状が出ていても、気付いていない人も多いので、一度チェックしてみてください！

- ①ティッシュを1枚取り、半分にたたみ、両目の上に当てる。  
(メガネをされている方は、外して下さい)
- ②ティッシュを目に当てながら、蛍光灯を見て目玉を右や左、上や下に動かしてみる。  
時々休んで、また目を動かしたり、回したりする。
- ③糸くずや虫のような黒い点が見えるようなら飛蚊症の可能性ががあります。

