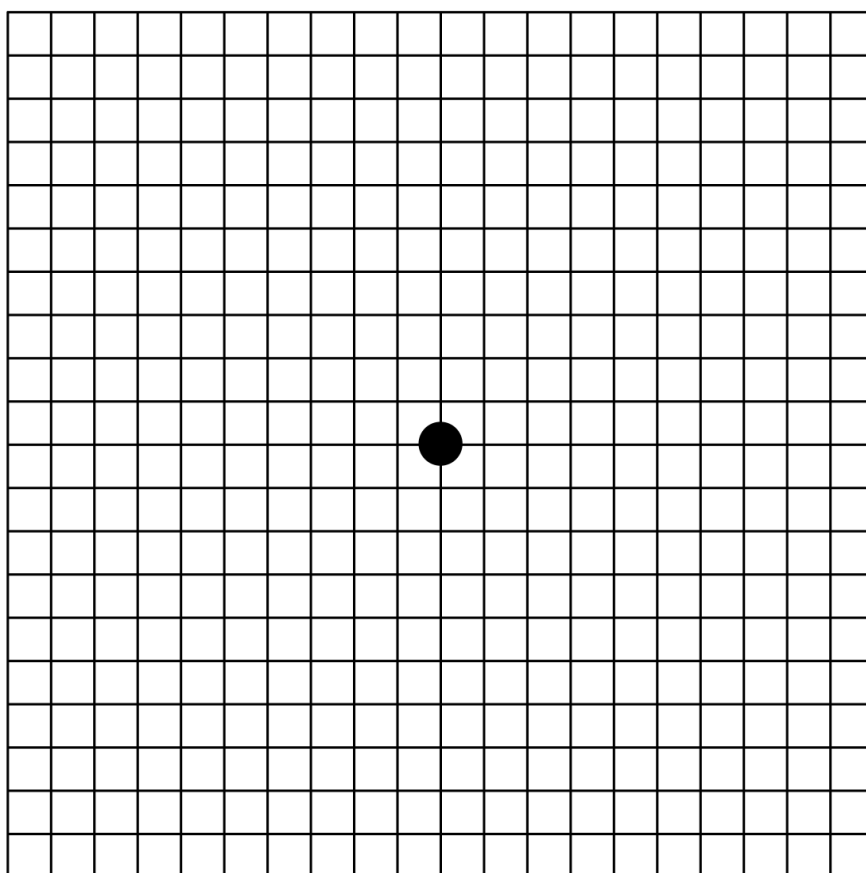


# Le test d'Amsler



1. Tenez la grille à une distance de 30 à 40 centimètres de votre visage dans un endroit bien éclairé.
2. Fermez un œil.
3. Concentrez-vous sur le point central pendant environ 10 secondes avec votre œil non couvert. Notez si des lignes ou des zones semblent floues, ondulées, sombres ou manquantes.
4. Répétez l'opération avec l'autre œil.

Si les lignes semblent floues, ondulées, sombres ou manquantes, contactez immédiatement votre ophtalmologiste pour prendre rendez-vous.

**Ce test ne remplace pas les examens réguliers de la vue.**



Lentiamo

Visitez le site [www.lentiamo.fr/blog/amsler-test.html](http://www.lentiamo.fr/blog/amsler-test.html) pour une version numérique ou pour en savoir plus.