

# MAKULADEGENERATION (AMD)

## Zentrales Sehen schützen - Veränderungen früh erkennen

Die Makula ermöglicht Lesen, Gesichtserkennung und scharfes Detailsehen.

### NETZHAUTMITTE IM FOKUS



**Betroffen ist vor allem das zentrale Sehen; das seitliche Gesichtsfeld bleibt meist erhalten.**



### Trockene AMD

#### HÄUFIGER - LANGSAMER

Drusen und ein allmählicher Verlust von Netzhautzellen können das scharfe Sehen über Jahre verschlechtern.

- **Regelmäßige Kontrollen erkennen Veränderungen früh.**
- **Derzeit keine heilende Standardtherapie; Lebensstil und Sehhilfen unterstützen.**



### Feuchte AMD

#### SELTENER - SCHNELLER

Undichte neue Gefäße können Flüssigkeit oder Blut unter der Netzhaut verursachen und das Sehen rasch verschlechtern.

- **Anti-VEGF-Injektionen können den Verlauf oft stabilisieren oder bremsen.**
- **Meist sind wiederholte Behandlungen und OCT-Kontrollen nötig.**

## Typische Veränderungen des zentralen Sehens



### Wellige Linien

Gerade Kanten wirken krumm oder verzerrt.



### Lesen wird schwer

Buchstaben verschwimmen oder fehlen.



### Gesichter erkennen

Feine Details im Zentrum gehen verloren.



### Dunkler Fleck

Ein Schatten oder blinder Bereich entsteht.



### Weniger Kontrast

Farben und Kontraste wirken schwächer.



### Mehr Licht nötig

Kleine Schrift braucht hellere Beleuchtung.

## So wird AMD erkannt und überwacht



1

### Amsler-Gitter

Verzerrte oder fehlende Linien können Veränderungen anzeigen.



2

### Netzhautcheck

Untersuchung des Augenhintergrunds, meist mit erweiterter Pupille.



3

### OCT

Hochauflösende Schichtbilder zeigen Drusen, Schwellung oder Flüssigkeit.



4

### Angiographie

Ein Farbstoff kann undichte oder krankhafte Gefäße sichtbar machen.

## Risiko senken und Alltag erleichtern



### Nicht rauchen

Rauchen erhöht das AMD-Risiko deutlich.



### Gesund essen

Blattgemüse, Fisch und ausgewogene Kost.



### Aktiv bleiben

Bewegung; Blutdruck und Cholesterin



### Schützen & prüfen

UV-Schutz tragen und Kontrollen wahrnehmen.



**Nahrungsergänzungsmittel nur nach augenärztlicher Empfehlung einnehmen.**



### Plötzliche Veränderung?

**Neue Verzerrungen, ein dunkler Fleck oder rasche Sehverschlechterung: zeitnah augenärztlich abklären lassen.**