

自己チェック アムスラーチャートでチェック

印刷してチェック

印刷した用紙がそのまま眼科医への相談シートになります。

自己チェックシート（アムスラーチャート）

- 1 約30cm離れる（眼鏡はかけたまま）
- 2 必ず片目ずつチェックする
- 3 片目を閉じて表の中央の黒い点を見つめる

