

MD가 있는지 어떻게 알 수 있습니까?

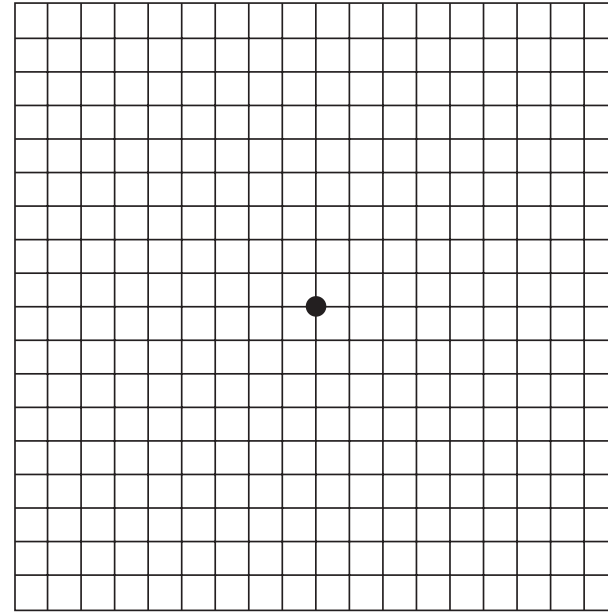
증상에는 다음 중 하나 이상이 포함될 수 있습니다.

- 왜곡, 직선이 물결 모양이거나 구부러져 보입니다.
- 읽기가 어렵거나 시력이 좋아야 하는 다른 활동을 하는 데 어려움이 있습니다.
- 얼굴을 구별하는 것이 문제가 됩니다.
- 어두운 반점이나 빈 공간이 시야 중앙에 나타납니다.

눈 건강을 향상시키는 6가지 팁

- ① 눈을 검사하고 황반검사를 요청하십시오.
- ② 담배를 피우지 마십시오. 흡연자는 비흡연자보다 MD에 걸릴 확률이 3배 이상 높으며 질병에 10년 더 빨리 걸릴 수 있습니다.
- ③ 건강한 생활 방식을 유지하고 체중을 조절하며 규칙적으로 운동하십시오.
- ④ 지방 섭취를 제한하고, 생선을 일주일에 2~3회, 짙은 녹색 잎이 많은 채소와 신선한 과일을 매일 먹고, 견과류를 일 주일에 한 줌씩 먹습니다.
- ⑤ 식단에 잎이 많은 녹색 채소가 적거나 MD의 가족력이 있는 경우 루테인 보충제 복용에 대해 의사와 상담하십시오.
- ⑥ 특히 어릴 때 강한 햇빛으로부터 눈을 보호하십시오.

황반변성이 있습니까?



이 간단한 테스트를 해보세요

- ① 평소 독서할 때 사용하는 안경이나 콘택트 렌즈를 착용하십시오.
- ② 이 격자를 눈높이로 하고 얼굴에서 약 35cm (14인치) 떨어진 위치에 둡니다.
- ③ 한 쪽 눈을 손으로 가리고 다른 쪽 눈으로 가운데 점에 초점을 맞춥니다.
- ④ 양쪽 눈으로 반복합니다.
- ⑤ 물결 모양의 선이 나타나거나 왜곡되거나 시야가 흐릿하거나 누락된 경우 황반 변성 증상일 수 있습니다. 즉시 의사나 검안사에게 연락하십시오.

도와 드립니다

뉴질랜드 황반변성 (MDNZ) 는 황반변성에 대한 인식을 높이고 황반변성을 가진 사람들의 삶의 질을 향상시키는 데 전념하고 있습니다.

진단

시력 상실을 예방하려면 조기 진단이 중요합니다.

치료

건성 황반변성의 진행을 늦추는데 도움이 되는 여러 치료법이 있습니다. 습성 황반변성의 경우 망막 아래 혈관의 비정상적 성장으로 인한 문제를 표적으로 하는 치료법이 있습니다.

지원

시력 손실이 있는 사람들은 시력 보조기 및 저시력 서비스의 지원을 받을 수 있습니다. 더 자세한 정보를 원하시거나 황반변성과 함께 생활하는 것에 대해 더 알고 싶으시면 뉴질랜드 황반변성 (MDNZ) 에 연락하십시오.



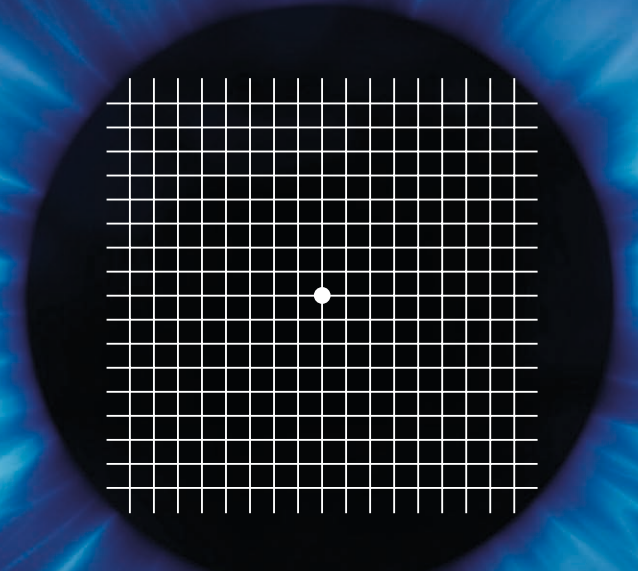
0800 MACULA (622 852)

www.mdnz.org.nz

PO Box 137070, Parnell, Auckland 1151

info@mdnz.org.nz

50세 이상 7명 중 1명은 황반변성



이 간단한 테스트는

당신의 시력 보호



0800 MACULA (622 852)

www.mdnz.org.nz

뉴질랜드 황반변성 (MDNZ) 은 자선 단체입니다. 저희들은 정부의 지원을 받지 않고 기부금이나 지원 기관의 도움으로 운영합니다. 저희들이 이러한 일을 할 수 있도록 도와주신 여러분께 감사드립니다.

* 아래의 내용은 영문으로 기입하십시오

성별 남 / 여 / 기타

이름(First Name) 성(Last Name)

세금 영수증에 표시할 이름

거리 주소

근교

도시 우편번호

이메일

전화(집) 모발

다음 도네이션 내용 중 하나를 골라 주세요.

1회 매월 년

금액 \$200 \$150 \$100 \$50 또는 \$

신용카드로 결제하겠습니다 : Visa / Mastercard(하나에 동그라미 해 주세요)

카드 번호

카드소지자 이름

금액 \$ 카드유효기간 /

사인

온라인으로 도네이션을 원하면 www.mdnz.org.nz 을 방문해 주세요.

저희 은행 계좌로 바로 도네이션 하고자 하시는 분은 0800 622852 로 연락 주세요. (필요로 하시는 정보를 드리겠습니다)
황반변성에 대한 정보나 간행물, 또는 선물을 주실 분은 MDNZ 자선번호 CC42203 을 이용하세요.
\$5 이상 도네이션은 세금이 공제 됩니다.

아래 양식을 작성해서 보내 주세요.
Macular Degeneration New Zealand, PO Box 137070 Parnell, Auckland 1151

저희들은 여러분의 개인 정보를 중요시 하고 있습니다. 저희들의 웹사이트에 나와 있는 프라이버시 정책을 참고 하세요.
www.mdnz.org.nz/privacy 를 방문하시면 됩니다.

황반변성이란?

황반변성(MD)은 뉴질랜드에서 시력 손상의 가장 흔한 원인입니다. 50세 이상의 7명 중 1명이 영향을 받습니다. MD의 가족력이 있는 사람들은 질병이 발병할 위험이 더 높습니다.

치료하지 않고 방치하면 MD는 시력 중심에서 점진적인 시력 상실을 유발할 수 있습니다. 읽기, TV 시청, 운전, 컴퓨터 작업 및 거의 모든 일반적인 작업을 수행하는 것이 매우 어렵거나 불가능해집니다.

MD는 망막 검사를 통해서만 진단할 수 있습니다. 이것은 안과 전문의가 수행해야 합니다.

시력에 변화가 생기거나 눈 건강이 염려되는 경우 체 없이 검안사, 의사 또는 안과 전문의의 진찰을 받으십시오.

위험 요소는 무엇입니까?

MD는 유전적 요인과 환경적 요인에 의해 발생합니다. 50세 이상의 사람들이 특히 위험합니다.

흡연을 하거나 MD의 가족력이 있는 경우 질병이 발병할 위험이 훨씬 더 큼니다. 다른 위험 요소에는 식이 요법 및 생활 습관 요소가 있습니다. 유전자나 나이를 바꿀 수는 없지만 MD 발병 위험을 줄이기 위해 현명한 조치를 취하십시오.



정상시력

MD가 있다면 세상이 어떻게 보일까요?



흐릿하고 왜곡된 시야



중심 시력 상실



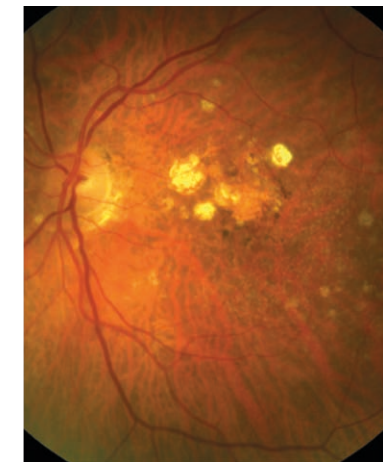
완전한 중심 시력 상실

MD는 무엇 때문에 발생합니까?

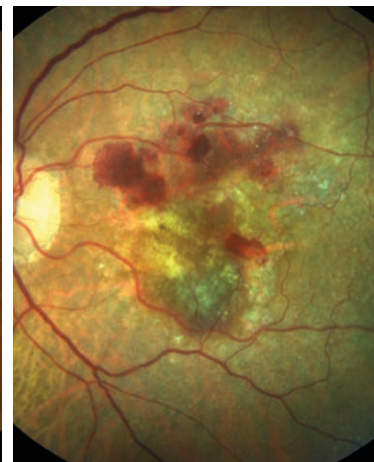
황반은 눈 뒤쪽에 있는 망막의 가장 중심에 붙여진 이름입니다. 자세한 중앙 시력과 대부분의 색각을 담당합니다. 건 강한 황반을 통해 읽고, 얼굴을 인식하고, 자동차를 운전하고, 색상을 명확하게 보고, 시력이 필요한 모든 활동을 처리할 수 있습니다. MD는 황반의 특정 세포층에 영향을 미치는 퇴행성 질환입니다. 망막의 노폐물이 축적되어 눈이 제대로 작동하는 능력에 영향을 미칩니다.

MD에는 건식과 습식의 두 가지 유형이 있습니다. 건성 MD는 중심 시력의 점진적인 상실을 유발합니다. 습성 MD는 갑작스러운 시력 상실을 특징으로 하며 망막 아래에서 자라는 비정상적인 혈관으로 인해 발생합니다.

증상이 나타나면 즉각적인 치료가 필수적입니다.



건식 MD



습식 MD