



Syn

Åldersförändringar i gula fläcken gör att du får sämre synskärpa. Det kan ta många år innan du märker besvär med synen. Då kallas förändringarna torra. Ibland kommer förändringarna snabbt, inom en till två veckor. Det kallas våta förändringar. Då kan du se raka linjer som krokiga. Det är bara den våta formen som kan behandlas.

Torra förändringarna är vanligast. Då bryts syncellerna ner gradvis under flera årtionden. Förändringarna gör att du får svårare att se detaljer. Det kan bli en suddig fläck i mitten av synfältet om förändringarna har pågått länge. Men du blir inte blind eftersom synen utanför gula fläcken fungerar som den ska. Oftast blir synen sämre på det ena ögat först.

De flesta som får åldersförändringar i [gula fläcken](#) är äldre än 65 år.

Vilka symtom du får beror på vilken form av förändring du har.

Vid torra åldersförändringar i [gula fläcken](#) är det vanligt att ha ett eller flera av de här synbesvären:

- Din synskärpa blir långsamt sämre.
- Du ser små suddiga fläckar i mitten av synfältet.
- Allt ser grått och suddigt ut.
- Bokstäver eller delar av bokstäver faller bort när du läser.
- Du får svårt att känna igen ansikten.
- Du får svårt att bedöma avstånd om ena ögat har synförändringar.

Ibland kan synskärpan försvinna helt i synfältets mitt och ersättas av en suddig, mörk fläck. Då har förändringarna oftast pågått under lång tid.

Det är vanligt att du inte märker synförändringarna om åldersförändringarna i gula fläcken bara finns i det ena ögat. Ibland kan det ta flera år innan du märker något. Efter en tid kan det andra ögat också få åldersförändringar. Det är ofta först då du märker av synförändringarna.

Vid våta åldersförändringar i gula fläcken kommer synförändringarna snabbt. Då är det vanligt att ha ett eller flera av de här synbesvären:

- Du ser raka linjer som krokiga. Det kallas att ha ett krokseende.
- Du kan uppleva att ansikten ser snedvridna ut.
- Du kan märka att synen i mitten av synfältet försvinner och att du istället ser en suddig fläck.

Kontakta en [vårdcentral](#) eller en optiker om du upplever att din syn långsamt har blivit sämre. Många mottagningar kan du kontakta genom att [logga in](#).

Kontakta en [vårdcentral](#), en [jouröppen mottagning](#) eller en ögonmottagning så snart det går om du upplever något av följande:

- Du märker att synen i mitten av synfältet försämras eller försvinner inom några timmar till några dagar.
- Du upplever att raka föremål plötsligt är krokiga eller sneda.

Du behöver inte söka vård någon annanstans om det är stängt. Vänta tills vårdcentralen eller ögonmottagningen öppnar.

Det är viktigt att söka vård så snart det går om din syn försämras snabbt. Synförändringarna kan oftast bromsas om du får snabb behandling och ibland kan synen bli bättre.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård.

För att ta reda på om du har åldersförändring i gula fläcken gör ögonläkaren en [ögonundersökning](#).

Dina ögon blir undersökta på olika sätt. Några av de vanligaste undersökningarna som ögonläkaren gör är de här:

- synundersökning, som mäter din synskärpa
- undersökning av din lässyn
- undersökning med ögonmikroskop
- undersökning med optisk koherenstomografi, som också kallas OCT
- kontrastfotografering, som också kallas fluorescensangiografi.

Vid en synundersökning får du titta på en tavla med bokstäver i olika storlekar. Ju mindre bokstäver som du kan läsa desto bättre är synskärpan. Genom att mäta din synskärpa kan läkaren avgöra hur synen har påverkats av sjukdomen.

Vid en undersökning av din lässyn får du läsa en text på ungefär fyrtio centimeters avstånd. Du kan använda läsglasögon om du behöver det. Det är vanligt att ha svårt att läsa på nära håll om du har åldersförändringar i gula fläcken.

Du får ögondroppar som förstorar pupillen innan en undersökning av näthinnan. Det får du för att läkaren ska kunna se näthinnan och gula fläcken i mikroskopet. Du får ögondropparna när du ska undersökas med ögonmikroskop, OCT-undersökning och kontrastfotografering.

Ett ögonmikroskop är en apparat som består av en ljuskälla och förstoringsglas.

Ögonmikroskopet står på ett höj- och sänkbart bord. Du sitter på ena sidan av bordet med hakan och pannan mot ett stöd så att huvudet är helt stilla under den tid som undersökningen pågår. På andra sidan mikroskopet sitter läkaren och undersöker ögat med hjälp av förstorande linser. En lampa lyser på ögat.

Du kan bli bländad av lampan som riktas mot ögat, men det brukar inte göra ont. Undersökningen tar en till två minuter.

En undersökning där ögonbotten fotograferas kallas OCT eller optisk koherenstomografi. Ögonläkaren tar bilder på näthinnan och gula fläcken genom pupillen. Bilderna från en OCT-undersökning visar gula fläcken med ett tvärsnitt av näthinnan.

Du får göra en OCT-undersökning om ögonläkaren misstänker att det har bildats nya blodkärl under gula fläcken. OCT-bilderna avbildar då ögats blodkärl. Läkaren kan se hur blodcirkulationen i näthinnan fungerar och upptäcka de nybildade kärlen.

Du får sitta med hakan och pannan mot ett stöd och titta in i kameran och titta på ett kryss i mitten. Kameran använder infrarött ljus så att du inte blir bländad. Undersökningen tar en till två minuter.

Med kontrastfotografering undersöks näthinnan och blodkärlen i ögat. Det är också en typ av ögonbottenfotografering.

Du får sitta med huvudet på samma sätt som vid OCT-undersökningen. Först får du ett färgämne [blodet genom en ven i armvecket](#) och direkt därefter tar ögonsjuksköterskan bilder genom pupillen. Färgen gör att blodkärlen i näthinnan och åderhinnan syns tydligt.

Du kan bli bländad av blixterna från kameran men undersökningen brukar inte göra ont. Undersökningen tar tjugo till trettio minuter.

Dina pupiller kommer att vara förstorade i minst fyra timmar efter undersökningen. En del har förstorade pupiller i upp till fyra dagar efter undersökningen. Ju ljusare ögon du har desto längre tid är pupillerna förstorade. Under den tiden kommer du att se lite suddigt. Du ska inte göra någon aktivitet som kräver att du ser bra så länge synen är nedsatt. Till exempel ska du inte köra bil eller cykla efter undersökningen.

Du kan också bli bländad av starkt ljus och det kan därför vara bra att använda solglasögon.

Läs mer om hur olika [ögonundersökningar](#) går till.

Det finns ingen effektiv behandling mot torra åldersförändringar. Men det forskas inom området.

För våta åldersförändringar finns det flera olika behandlingar.

Ibland har våta åldersförändringar ett förstadium som kallas drusen. Drusen är inlagringar av slaggprodukter i cellerna som finns under gula fläcken. Det bildas när ögonen åldras. Läkaren kan se detta vid en ögonbottenundersökning.

Läkaren kan ibland ge rådet att ta extra vitaminer och mineraler om du har mycket drusen. Det kan minska risken att utveckla våta åldersförändringar. Vitaminerna är inget läkemedel och finns inte på recept. Du får köpa dem själv på apotek eller i hälsokostbutik.

Det finns inga vetenskapliga bevis för att vitaminer har några positiva effekter på gula fläcken om du inte har drusen.

Du får behandling med läkemedel i ögat om du har våta åldersförändringar. Läkemedlen bromsar bildandet av blodkärl under gula fläcken och gör att de inte läcker lika mycket vätska.

Behandlingen botar inte sjukdomen men bromsar den. Det är vanligt att få behandlingen flera gånger. Du behöver också gå på regelbundna kontroller hos ögonläkaren.

Du får ofta bättre syn efter behandlingen.

Du får ligga på en brits eller i en speciell stol på ögonmottagningen. Du får först ögondroppar som bedövar och gör rent ögat. Sedan tvättas huden runt ögat med bakteriedödande läkemedel för att minska risken för infektioner. Därefter sprutar en ögonläkare eller en ögonsjuksköterska in läkemedlet i ögats glaskropp med hjälp av en tunn nål. Det brukar inte göra ont eftersom du har fått bedövning. Du kan se läkemedlet direkt när det sprutas in, men det försvinner snabbt.

Behandlingen tar några minuter och därefter kan du lämna mottagningen. Du ska undvika att köra bil eller köra något annat motorfordon efter behandlingen.

Det är vanligt att få behandlingen en gång i månaden, i tre månader. Oftast behövs flera behandlingar. Det varierar från person till person.

Du kan få biverkningar av sprutan i ögat. Det kan till exempel vara något av det här:

- Ditt öga blir irriterat.
- Det kan rinna tårar från ögat.
- Ögat är extra känsligt för ljus.
- Det kan kännas som att det skaver i ögonen.

De här biverkningarna går över inom ett dygn. Du kan skydda ögat med solglasögon om du blir bländad av ljus.

Du kan se en svart ring nedtill som sakta krymper och försvinner inom ett par dagar.

Du kan också få blodutfällning på ögonvitan, en typ av blåmärke. Det försvinner inom en till två veckor.

Det kan ibland bli en infektion i ögat som orsakas av bakterier, men det är ovanligt. Du måste kontakta din ögonmottagning direkt om du ser sämre och får ont i ögat som blir rött och irriterat.

Du får gå på regelbundna ögonkontroller på din ögonmottagning efter att du har fått behandling mot åldersförändringar i gula fläcken.

Du kan själv kontrollera synen genom att till exempel göra så här:

- Du kan hålla för ett öga i taget och titta på ett rutnät med en prick i mitten, en så kallad Amslertavla.
- Du kan hålla för ett öga i taget och titta på raka linjer och se om linjerna blir krokiga, till exempel en

dörrkarm eller en flaggstång.

Det är bra att själv testa synen en gång i månaden. På så sätt kan du tidigt upptäcka om din syn blir sämre.

Kontakta en ögonmottagning om du märker något av det här:

- Din syn blir sämre.
- Du börjar se raka linjer som krokiga och ansikten som sneda, så kallat krokseende.
- Du har krokseende men det har blivit värre.

Det kan kännas svårt att få beskedet att du har åldersförändringar i gula fläcken eftersom det är en sjukdom som kan påverka det vardagliga livet. Prata med din ögonläkare om det är något som du undrar över.

Du kan oftast fortsätta att leva ett aktivt liv trots sjukdomen. Det gäller speciellt om synen är sämre bara på det ena ögat. Du kan till exempel göra de här justeringarna i vardagen:

- Du kan öka textstorleken på skärmar om du har svårt att läsa liten text eller skaffa läsglasögon.
- Du kan använda solglasögon om du lätt blir bländad när ögat får svårare att ställa om från mörker till ljus.
- Du kan öka belysningen och använda förstoringsglas när du gör något som kräver bra synskärpa, till exempel läsa en bok.
- Du kan lyssna på ljudböcker och lyssna på nyheterna i radio eller via datorn istället för att läsa böcker och tidningar.

Du blir inte helt blind av sjukdomen men du kan få [nedsatt syn](#) som gör att du kan få svårt att åka med kollektivtrafik. Det är oftast lättare att klara sig i miljöer du känner igen.

Du får en [remiss](#) från din ögonläkare till en syncentral om sjukdomen gör att du ser mycket dåligt. Där finns optiker, synpedagoger och kuratorer som kan hjälpa dig. Du kan till exempel få hjälp med det här:

- Du kan få hjälp att prova ut läsglasögon.
- Du kan få hjälp att prova ut förstoringsglas eller andra elektroniska förstoringsystem.
- Du kan få hjälp med att till exempel anpassa belysningen i hemmet.

[Läs om hur det går till att få synhjälpmedel.](#)

Det finns en risk att synen blir så nedsatt att du inte längre uppfyller lagens krav för att köra ett motordrivet fordon. Din ögonläkare kommer då informera dig om detta.

Att ha nedsatt syn innebär att du klarar dig bra i en del situationer men klarar dig sämre i andra situationer. Det kan vara svårt för omgivningen att förstå. För en del kan det kännas bra att prata med andra som har försämrad syn för att få råd och stöd.

[Synskadades riksförbund, SRF](#), är en intresseorganisation för synskadade i Sverige. Föreningen har 12 000 medlemmar i olika lokalföreningar runt om i landet.

Ögats näthinna innehåller ljuskänsliga synceller. De kallas stavar och tappar. De flesta tapparna finns i gula fläcken. Där ser du som skarpast.

Det är vanligt att synen blir sämre efter 60 års ålder. En av de vanligaste orsakerna är åldersförändringar i gula fläcken.

Det är inte klarlagt vad förändringarna beror på, men risken att få sjukdomen ökar ju äldre du blir. Det är ovanligt att få förändringarna före 65 års ålder.

Åldersförändringar i gula fläcken kallas också makuladegeneration eller AMD, age-related macular degeneration.

Gula fläcken är ett område i mitten av ögats näthinna. Näthinnan består av ljuskänsliga synceller som kallas tappar och stavar. Ju tätare tapparna sitter desto skarpare blir synen. De flesta tapparna finns i gula fläcken. Där ser du som skarpast.

Det finns två typer av förändringar i gula fläcken:

- Torra förändringarna är vanligast och gör att syncellerna bryts ner gradvis under flera decennier.
- Våta förändringar är mycket mer ovanliga, men kommer snabbare. Då försämras synen inom en till två veckor eller inom en månad.

De allra flesta som får åldersförändringar i gula fläcken får torra förändringar. Synen blir ofta sämre på det ena ögat först. Senare blir synen sämre på det andra ögat också.

Våta förändringar beror på att det bildas nya blodkärl under gula fläcken. De nya blodkärlen är ofta mycket sköra och läcker blod och vätska under gula fläcken. Då svullnar gula fläcken och påverkar syncellerna så att de fungerar sämre. Eftersom syncellerna tar skada av vätskan behöver du få behandling så snart det går.

Risken att få åldersförändringar i gula fläcken ökar om du till exempel har något av det här:

- Du har ärvt vissa gener från dina föräldrar som gör att du får sjukdomen. Ofta har en förälder eller en släkting sjukdomen.
- Du har [förhöjda kolesterolvärden](#).
- Du [röker](#).

Det finns många vinster med att sluta röka. [Här kan du läsa mer om hur du kan göra](#).

Du kan [söka vård på vilken vårdcentral eller öppen specialistmottagning](#) du vill i hela landet. Ibland krävs det [remiss](#) till den öppna specialiserade vården.

Du ska få vara delaktig i din vård. För att kunna vara det behöver du [förstå informationen](#) som du får av vårdpersonalen. Ställ frågor om det behövs. Du ska till exempel få information om behandlingsalternativ och [hur länge du kan behöva vänta på vård](#).

Du har möjlighet att [få hjälp av en tolk om du inte pratar svenska](#) Du har också [möjlighet att få hjälp av en tolk om du till exempel har en hörselnedsättning](#).

Ögonundersökning

Så fungerar ögat och synen

Synhjälpmedel

Synskadades riksförbund

Senast uppdaterad:

2021-04-30

Redaktör:

Klara Johansson, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Hammurabi Bartuma, ögonläkare, Skånes Universitetssjukhus, Malmö

Illustratör:

Kari Toverud, certifierad medicinsk illustratör

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt.

1177 ger dig råd när du vill må bättre.

|

|

|

Behandling av personuppgifter

Hantering av kakor

Inställningar för kakor

1177 – en tjänst från Inera.