

Uwaga

Jeśli masz problem ze wzrokiem, zasięgnij porady specjalisty. Samodzielny pomiar wady wzroku nie jest diagnozą medyczną i nie zastąpi wizyty u okulisty.

Ten dokument został opublikowany w domenie publicznej w roku 2002, jego autorem jest Joel Schneider.

Tłumaczenia na język polski dokonał Grzegorz Janoszka w roku 2015. Polska wersja została pierwotnie opublikowana na stronie od odżywiania się i stylu życia paleo - Paleo SMAK: <http://www.paleosmak.pl>

Drukowanie

Ten dokument może być wydrukowany na papierze o europejskim rozmiarze A4 albo amerykańskim letter. Odległości zostały podane w jednostkach metrycznych i imperialnych (stopy i cale).

Drukując wersję PDF tego dokumentu, wyłącz opcję "Fit to Page" albo "Dopasuj do strony".

Zmierz wysokość największej litery E, żeby sprawdzić, czy otrzymany wydruk ma prawidłowy rozmiar. Powinna mieć ona dokładnie 88,7 mm (3,49 cala). Ta wysokość odpowiada rozmiarowi kątowemu 5 minut z odległości 60,96 metra (200 stóp).

Przybliżone przeliczanie

Najmniejszy rząd, jaki prawidłowo widzisz, ma oznaczenie X		Korekcja w dioptriach
stopy: 20/X	metry: 6/X	
20/20	6/6	0
20/30	6/9	-0,50
20/40	6/12	-0,75
20/50	6/15	-1,00
20/70	6/20	-1,25
20/100	6/30	-1,50
20/150	6/45	-2,00
20/200	6/60	-2,50

IE

200 ft.

60 m

IF

IP

100 ft.

30 m

T

O

Z

70 ft.

21 m

—

—

60 ft.

P D C

18 m

50 ft.

L P E D

15 m

40 ft.

P E C F D

12 m

30 ft.

E D F C Z P

9 m

25 ft.

F E L O P Z D

7,5 m

20 ft.

D E F P O T E C

6 m

15 ft.

L E F O D P C T

4,5 m

13 ft.

F D P L T C E O

3,9 m

10 ft.

P E Z O L C F T D

3 m

8 ft.

E D L T O Z F C P

2,4 m

6 ft.

L P C F E T O D Z

1,8 m

5 ft.

T F D O P Z L E C

1,5 m

4 ft.

Z C T L O P D F E

1,2 m

Badanie dalekowzroczności

Trzymaj 40,6 cm (16 cali) od oczu.

160 in.	E O P Z T L C D F	4,0 m
80 in.	T D P C F Z O E L	2,0 m
56 in.	D Z E L C F O T P	1,4 m
48 in.	F E P C T L O Z D	1,2 m
40 in.	P T L F C Z D E O	1,0 m
32 in.	E L Z T C O F P D	80 cm
24 in.	D Z E C L F T O F	60 cm
20 in.	L O P F Z E D C T	50 cm
16 in.	E L T C F P D O E	40 cm