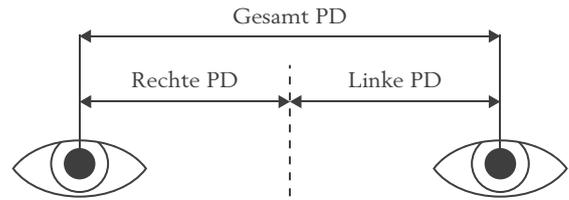


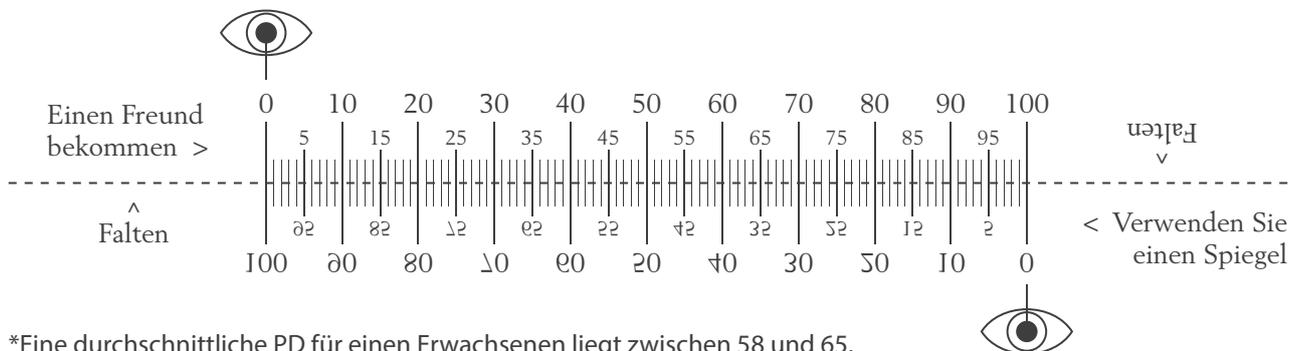
Lineal für Pupillendistanz

Die Pupillendistanz (PD) ist der Abstand in Millimetern (mm) zwischen dem Mittelpunkt der einen Pupille und dem Mittelpunkt der anderen Pupille.



Wie sie ihre pupillendistanz messen

1. Drucken Sie diese Seite zu 100 % ohne Skalierung aus (überprüfen Sie die korrekte Skalierung, indem Sie eine Kreditkarte darunter legen).
2. Falten Sie das Lineal für die Pupillendistanz entlang der angegebenen Linie in der Hälfte.
3. Positionieren Sie sich etwa 20 cm (8 Zoll) von einem Spiegel entfernt.
4. Schließen Sie Ihr linkes Auge und richten Sie die 0 mm über der Mitte Ihrer rechten Pupille aus. Lehnen Sie das Lineal zur Stabilisierung gegen die Stirn.
5. Schließen Sie Ihr rechtes Auge und notieren Sie den Messwert direkt über Ihrer linken Pupille. Das ist Ihre PD*



*Eine durchschnittliche PD für einen Erwachsenen liegt zwischen 58 und 65.

! WICHTIG

Wenn diese PDF-Datei im falschen Maßstab gedruckt wird, ist Ihre PD-Messung ungenau. Legen Sie Ihre Kreditkarte über dieses Bild, um den korrekten Maßstab zu überprüfen.

Tipps zum Drucken im korrekten Maßstab

Laden Sie die Datei herunter, speichern Sie sie auf Ihrem Desktop und öffnen Sie sie mit dem Acrobat Reader (WIN oder MAC). Vergewissern Sie sich vor dem Drucken, dass die Seitenskalierung auf „keine“ eingestellt ist. Vorschau (MAC). Stellen Sie vor dem Drucken sicher, dass die Skalierung auf 100 % eingestellt ist.