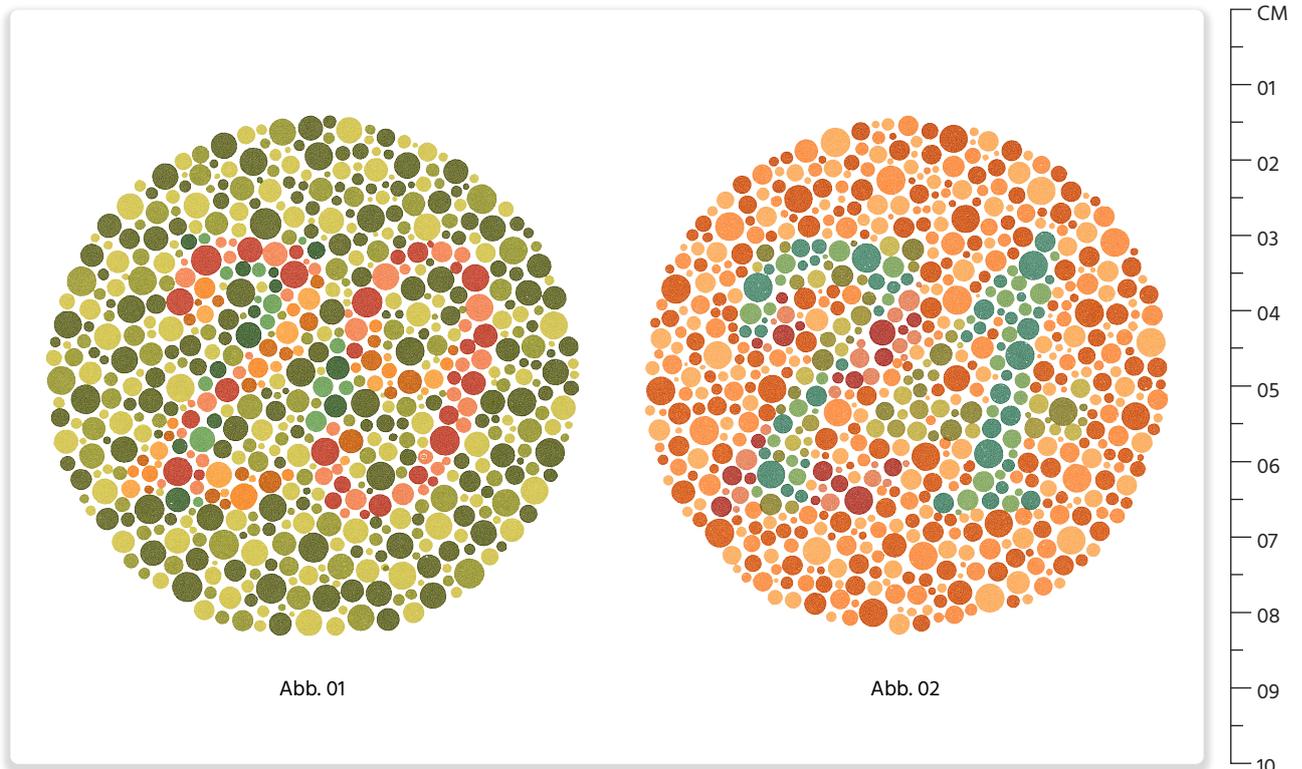




direkt gesund

FARB-SEH-CHECK

Dieser Test gibt einen Hinweis auf eine eventuelle Rot-Grün-Sehschwäche.



DRUCKEN & MESSEN

Bitte drucken Sie diese PDF-Datei auf einem Farbdrukker in Originalgröße (1:1) aus. Wichtig: Im Druckmenü muss die Option „Seitenanpassung: Keine“ ausgewählt sein. Nur dann erhalten Sie ein richtiges Ergebnis. Messen Sie zur Kontrolle die Länge des gedruckten Linienmaßes am oberen Seitenrand. Ist diese Strecke 10 cm lang, wurde die PDF-Datei in der richtigen Größe gedruckt und Sie können mit dem Seh-Check starten.

SEH-CHECK

Betrachten Sie die Farbfelder bei ausreichender Beleuchtung, am besten bei Tageslicht, aus 70 cm Entfernung. Versuchen Sie, jeweils die Zahl in den Punktemustern zu erkennen. Wenn Sie gewöhnlich eine Lesebrille tragen, benutzen Sie diese bitte.

ERGEBNIS

Erkennen Sie in Abb. 01 eine „29“ und in Abb. 02 eine „74“? Das ist ein gutes Zeichen. Sollten Sie zu einem anderen Ergebnis gekommen sein, könnte das ein Indiz für eine Rot-Grün-Sehschwäche sein. In diesem Fall sollten Sie unbedingt Ihren Augenarzt aufsuchen. Auch bei bestandenem Test empfehlen wir: Sehtest alle 2 Jahre.



Dieser Seh-Check soll Sie auf mögliche Sehprobleme hinweisen, ersetzt aber keinesfalls einen fachgerecht durchgeführten Sehtest. Die meisten Veränderungen der Augen sind hiermit nicht zu erkennen. Deshalb legen wir Ihnen nahe: Lassen Sie Ihre Augen alle zwei Jahre professionell prüfen.