

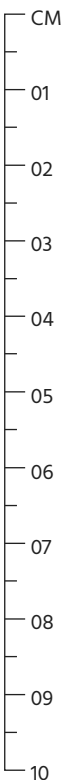


direkt gesund

NAH-SEH-CHECK

Dieser Test gibt einen Hinweis auf eine eventuelle Weitsichtigkeit.

Z 01	Am Wochenende gehen wir endlich ins Kino.
Z 02	Er freut sich am meisten auf die Kaffeepausen mit den Kollegen.
Z 03	Die beiden fahren heute früh zum Markt und kaufen Fisch und Gemüse.
Z 04	Auf ihrer langen Reise lernten Sie fremde Menschen, Länder und Kulturen kennen.
Z 05	<small>Alle 2 Jahre werden Sehtests für die Ferne und die Nähe notwendig, um Veränderungen oder Sehprobleme bei Erwachsenen frühzeitig zu entdecken.</small>



DRUCKEN & MESSEN

Bitte drucken Sie diese PDF-Datei 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

Lesen Sie den Text bei ausreichender Beleuchtung, am besten bei Tageslicht, aus 60 cm Entfernung! Wenn Sie gewöhnlich eine Lesebrille tragen, benutzen Sie diese bitte.

ERGEBNIS

Konnten Sie alle Zeilen problemlos lesen, ohne Ihren Abstand zum Seh-Check zu verändern? Das ist ein gutes Zeichen. Mussten Sie allerdings den Abstand verändern, um die kleinere Schrift lesen zu können, ist das eventuell ein Anzeichen für Weitsichtigkeit bei Nicht-Brillenträgern oder einer Sehstärkenveränderung bei Lesebrillen-Nutzern. Sie sollten dann unbedingt Ihren Augenoptiker aufsuchen. Aber auch bei bestandenem Test empfehlen wir: Sehtest alle zwei 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.