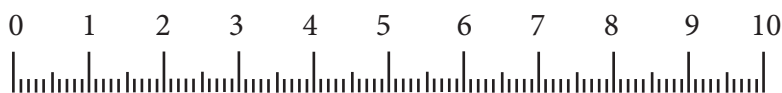
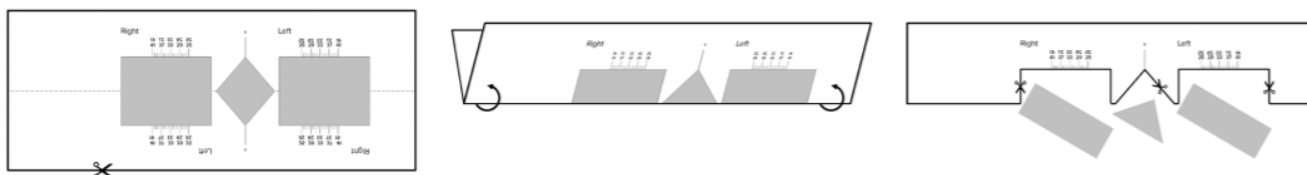


1. Vytiskněte tuto stránku o velikosti 100% - skutečná velikost.

2. Zkontrolujte správnou velikost vytištěné stránky můžete přiložením pravítka k měřítku pod tímto textem. Pokud se shoduje, můžete pokračovat v měření vzdálenosti PD.



3. Vystříhnete PD metr, který se nachází v horní části této stránky, přeložte ho na polovinu a vystříhnete šedé útvary.



5. Svou vzdálenost středu zornic pravého i levého oka si můžete změřit stojící před zrcadlem, nebo pomocí druhé osoby, která Vám pomůže. Pozor dbejte při měření abyste dívali rovně před sebe.

6. Umístěte pravítko PD na nos shora, vystříženou částí dolů a ujistěte se, že "0" je na středu nosu.

7. Dívejte se rovně dopředu a přečtěte si vzdálenost mezi středem zornice a středem nosu. Průměrná pupilární vzdálenost pro dospělé ženu je 30,0 mm pro každé oko. Pro dospělé muže je 32,0 mm pro každé oko.

