

Kako mogu pronaći svoj PD?

Možete ga lako sami izmjeriti slijedeći korake opisane u nastavku. Sve što vam treba je ravnalo (10 cm/4 palca je dovoljno) i ogledalo (ili prijatelj/prijateljica).



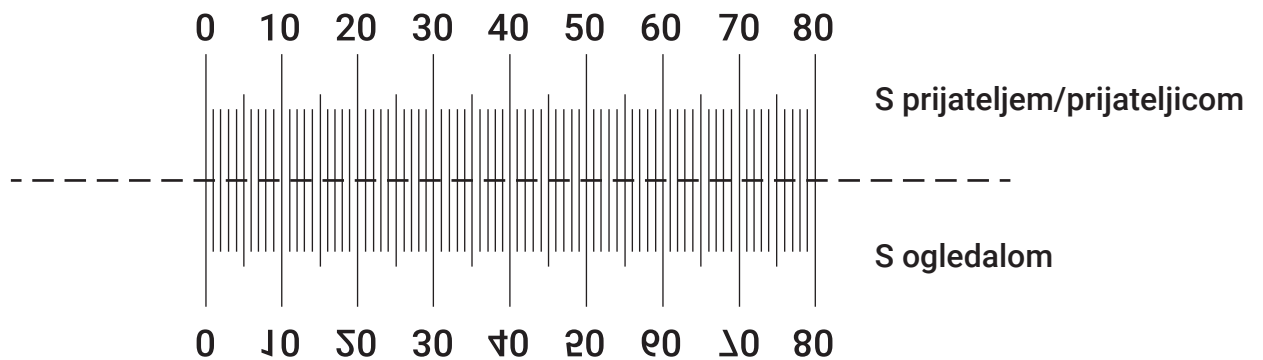
Samostalno

1. Stanite oko 20 cm (8 palčeva) od ogledala .
2. Držite ravnalo vodoravno uz obrve.
3. Zatvorite desno oko i poravnajte nultu točku ravnala sa središtem lijeve zjenice.
4. Otvorite desno oko. Očitajte duljinu (u mm) koju vidite u središtu desne zjenice. Ovo je vaš PD.
5. Mjerenje možete ponoviti nekoliko puta (također izmjerite od desnog oka prema lijevom oku). Ako dobijete različite duljine, prilikom mjerenja koristite prosječnu vrijednost.
6. Unesite konačnu PD vrijednost u obrazac.



S prijateljem/prijateljicom

1. Stanite ispred prijatelja/prijateljice tako da i dalje možete gledati ravno naprijed u sobu.
2. Vaš/a prijatelj/prijateljica bi tada trebao/la prisloniti ravnalo na vaše obrve.
3. Zatvorite desno oko i pogledajte nešto udaljeno 3-5 m (10-16 stopa).
4. Vaš/a prijatelj/prijateljica poravnava nultu točku ravnala sa središtem vaše lijeve zjenice.
5. Otvorite desno oko i zatvorite lijevo. Vaš/a prijatelj/prijateljica tada može izmjeriti duljinu (u mm) do središta vaše desne zjenice.
6. Ponovite mjerenje nekoliko puta (također izmjerite od desnog oka prema lijevom). Ako dobijete različite duljine, prilikom mjerenja koristite prosječnu vrijednost.
7. Unesite konačnu PD vrijednost u obrazac.



Ispišite na 100% i zatim stavite
ovdje svoju kreditnu karticu kako
biste
osigurali da je veličina ravnala
ispravno ispisana.