

Πώς μπορώ να βρω τη δική μου τιμή PD;

Το μόνο που χρειάζεστε είναι ένας χάρακας (μέχρι 10 cm αρκεί) και ένας καθρέφτης (ή ένας φίλος).



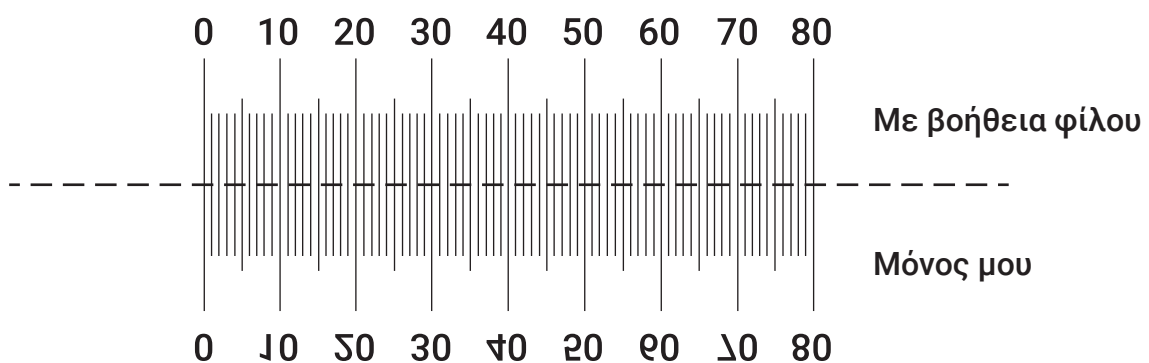
Μόνος μου

1. Σταθείτε περίπου 20 cm μακριά από τον καθρέφτη.
2. Κρατήστε τον χάρακα οριζόντια παράλληλα με τα φρύδια σας.
3. Κλείστε το δεξί σας μάτι και ευθυγραμμίστε τον χάρακα από το σημείο 0 έως το κέντρο της αριστερής σας κόρης.
4. Ανοίξτε το δεξί σας μάτι. Διαβάστε τον αριθμό του χάρακα (σε χιλιοστά) που βλέπετε στο κέντρο της κόρης του δεξιού σας ματιού. Αυτή είναι η δική σας τιμή διακορικής απόστασης (PD).
5. Μπορείτε να επαναλάβετε τη μέτρηση αρκετές φορές (μετρήστε επίσης από το δεξί μάτι ως το αριστερό). Εάν μετρήσετε διαφορετικά μήκη, χρησιμοποιήστε τη μέση τιμή.
6. Εισάγετε την τελική τιμή (PD) στη φόρμα.



Με βοήθεια φίλου

1. Σταθείτε μπροστά στον φίλο ή φίλη σας, σε θέση που να κοιτάτε ευθεία στο δωμάτιο.
2. Ο φίλος σας θα πρέπει στη συνέχεια να κρατήσει τον χάρακα παράλληλα με τα φρύδια σας.
3. Κλείστε το δεξί σας μάτι και κοιτάξτε κάτι που απέχει 3-5 μέτρα.
4. Ο φίλος σας τότε θα ευθυγραμμίσει τον χάρακα από το 0 έως το κέντρο της αριστερής κόρης.
5. Ανοίξτε το δεξί σας μάτι και κλείστε το αριστερό. Ο φίλος σας μπορεί στη συνέχεια να μετρήσει το μήκος (σε χιλιοστά) στο κέντρο της δεξιάς κόρης.
6. Επαναλάβετε τη μέτρηση αρκετές φορές (μετρήστε επίσης από το δεξί μάτι ως το αριστερό). Εάν μετράτε διαφορετικά μήκη κάθε φορά, χρησιμοποιήστε τη μέση τιμή.
7. Εισάγετε την τελική τιμή (PD) στη φόρμα.



Εκτυπώστε στο 100% μέγεθος και στη συνέχεια τοποθετήστε την πιστωτική σας κάρτα εδώ για να βεβαιωθείτε ότι το μέγεθος του χάρακα εκτυπώθηκε σωστά.