

# NAH-SEH-TEST

Achtung: Dieser Sehtest ersetzt keinen Augenarzt. Er kann nur ein erster Hinweis auf ein Sehdefizit sein.

## 1. Material

Für den Test legen Sie sich bitte ein Blatt Papier, einen Stift und ein Lineal bereit.

## 2. Abmessung

Nehmen Sie 60 Zentimeter Abstand zum Bildschirm. Beim Smartphone empfiehlt sich eine Display-Länge

## 3. Test starten

Den Sehtest unter dem nötigen Abstand starten und Ergebnisse bei jedem Schritt notieren.

„WEITER BLÄTTERN“ FÜR TESTBEGINN

# NAH-SEH-TEST

Notieren Sie sich die letzte Zeile, die für Sie noch  
lebar ist



## NAH-SEH-TEST

1 Der Vorgang des Sehens  
2 ist im Prinzip eine Anregung  
3 von Nerven, Signale an das  
4 Gehirn zu sende. Der Sehnerv wird durch  
5 Rezeptoren stimuliert, welche auf der  
6 Netzhaut sitzen, sozusagen auf der  
7 hinteren Wand innerhalb des Augenapfels.  
8 Die Anregung dieser Rezeptoren geschieht,  
9 durch Lichtreize. Damit das Licht die Netzhaut

10

erreicht, muss es erst durch die Hornhaut.

# NAH-SEH-TEST

## Ergebnis



### Bestanden

Sie konnten alle Zeilen ohne Weiteres lesen? Prima, dann liegt bei Ihnen mit größter Wahrscheinlichkeit keine Weitsichtigkeit vor. Wir empfehlen trotzdem alle 2 Jahren einen Sehtest bei einem Augenarzt oder einem Optiker durchführen zu lassen.



### Nicht bestanden

Sie hatten Schwierigkeiten alle Zeilen zu erkennen? Hatten vielleicht schon ab Zeile 5-6 Leseprobleme. Dann könnte bei Ihnen eine Weitsichtigkeit vorliegen. Wir empfehlen dies mit einem Augenarzt abzuklären.