

# Nahsichttest

## Presbyopie

Es gibt zahlreiche Theorien, was für Presbyopie (sogenannte Altersweitsichtigkeit) verantwortlich sein könnte. Keine davon kann das Phänomen jedoch zur Gänze erklären.

Bei Presbyopie zielt das Sehtraining darauf ab, die Flexibilität der Augenmuskeln zu erhöhen und den Nahpunkt des Scharfsehens näher heran zu bringen. In manchen Fällen fusionieren die Augen das linke und rechte Bild nicht richtig. Presbyopie spricht normalerweise sehr schnell auf Sehtraining an.

## Habe ich Presbyopie?

Wenn Sie beim Lesen 20/20 Sehstärke haben, sollten Sie diese Zeilen lesen können:

20/50      A b C d E f G h I j K 1 3 5 7 9 2 4 6 8

20/40      A b C d E f G h I j K 1 3 5 7 9 2 4 6 8

20/30      A b C d E f G h I j K 1 3 5 7 9 2 4 6 8 Ihre Lesefähigkeit ist für die meisten Situationen ausreichend. Sie haben aber wahrscheinlich Schwierigkeiten bei schlechtem Licht zu lesen.

20/25      A b C d E f G h I j K 1 3 5 7 9 2 4 6 8 Ihre Lesefähigkeit ist ziemlich gut – nur ein ganz kleines bisschen unter dem Optimum.

20/20      A b C d E f G h I j K 1 3 5 7 9 2 4 6 8 Gratulation, Sie haben auch im Nahbereich perfekte Lesefähigkeit.

Schauen Sie auf die obigen Zeilen und stellen Sie fest, welche Zeile Sie aus einer normalen Leseentfernung lesen können. Überprüfen Sie auch, ob es zwischen den beiden Augen einen Unterschied gibt, indem Sie die Augen abwechselnd schließen.

Linkes Auge:

Rechtes Auge:

Beachten Sie, dass die Lichtverhältnisse Ihre Lesefähigkeit beeinflussen.

