

PD rechtes Auge  
PD rechtes Auge

45 35 25

0

PD linkes Auge  
PD linkes Auge

25 35 45

## Anleitung zur Messung Ihres Augenabstandes / Pupillendistanz (PD)

1. Drucken Sie dieses Dokument aus. Achten Sie darauf, es auf Din A4 im Hochformat zu drucken. Wählen Sie die bestmögliche Auflösung. Ganz wichtig: verkleinern Sie das Dokument nicht, sondern **drucken es in der originalen Größe (100%)** aus. Prüfen Sie ganz einfach, ob Sie die richtige Druckgröße gewählt haben mit einem Lineal. Jede Einheit der Schablone oben entspricht einem Milimeter.

2. Schneiden Sie das Blatt entlang der schwarzen Linie in zwei Hälften.

3. Setzen Sie nun den Messstreifen vor dem Spiegel auf (bitte gerade halten), oder bitten Sie jemanden um Hilfe. Ihre Nase sitzt in dem Dreieck und zwar auf der Höhe, dass Sie mit der Milimeterangabe den Abstand zwischen Ihrer Pupille und der Nasenwurzel messen können. Schreiben Sie sich die Werte auf und übertragen diese in unser Formular.

Die Pupillendistanz (PD) des linken Auges kann etwas unterschiedlich zur Pupillendistanz des rechten Auges sein.