

КАК УЗНАТЬ МЕЖЗРАЧКОВОЕ РАССТОЯНИЕ (PD)?

Вы можете легко измерить расстояние между зрачками, следуя простой инструкции ниже. Всё, что вам понадобится - это линейка (10 см достаточно) и зеркало (или друг).



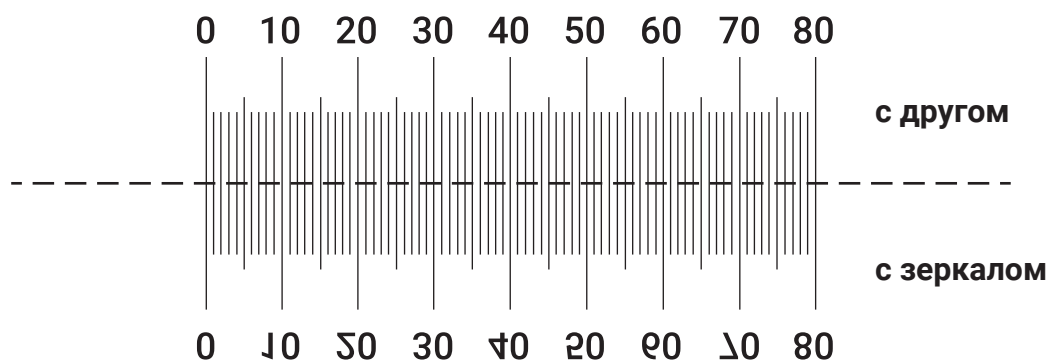
Измерить самостоятельно

1. Встаньте примерно в 20 см от зеркала.
2. Держите линейку горизонтально на уровне бровей.
3. Закройте правый глаз и совместите ноль линейки с центром левого зрачка.
4. Откройте правый глаз и посмотрите, какая длина (в мм) соответствует центру правого зрачка — это и есть ваш PD (межзрачковое расстояние).
5. Повторите измерение несколько раз (также измерьте от правого глаза к левому). Если получаются разные значения, возьмите среднее.
6. Введите итоговое значение PD в форму.



Измерить с помощью друга

1. Встаньте напротив друга так, чтобы вы могли смотреть прямо вперёд, сквозь друга.
2. Ваш друг должен держать линейку на уровне ваших бровей.
3. Закройте правый глаз и смотрите на объект, находящийся на расстоянии 3–5 метров.
4. Ваш друг должен совместить ноль линейки с центром вашего левого зрачка.
5. Затем откройте правый глаз и закройте левый. Друг должен измерить расстояние (в мм) до центра правого зрачка.
6. Повторите измерение несколько раз (также измерьте от правого глаза к левому). Если значения отличаются, используйте среднее.
7. Введите итоговое значение PD в форму.



Распечатайте в масштабе 100%, а затем поместите сюда свою банковскую карту, чтобы убедиться, что линейка напечатана правильно.