

Grundlagen der Augenoptik 8/8

## Sehtests: Visustest

*Eine fundierte Aussage über Zustand und Leistung von Augen und Sehen kann nur eine fachmännische Abklärung liefern. Mit einer Reihe von Selbsttests kann man das eigene Sehvermögen jedoch im Auge behalten. Verschiedene Websites bieten Online-Sehtests am Bildschirm an. Generell sind „Offline“-Tests wie der nachfolgende empfehlenswerter: Das Ausdrucken und Aufhängen eines Testblattes ist letztlich einfacher und sicherer als das Kalibrieren der Online-tests auf den jeweiligen Bildschirm.*

*Siehe dazu auch: [2/8 DAS SEHEN](#) > [Die Sehschärfe](#)*

### Grundlagen der Augenoptik

- 1/8 Das Auge
- 2/8 Das Sehen
- 3/8 Fehlsichtigkeiten
- 4/8 Augenoptik
- 5/8 Brillen
- 6/8 Kontaktlinsen
- 7/8 Seh- & Augenpflege
- 8/8 Sehtests**

### Weitere Sehtests

- Astigmatismus-Test
- Vorbeugung: Amsler-Test
- Kleinkinder-Sehtest

## Sehschärfe selber testen

### Autonummern lesen



Eine der einfachsten Methoden ist das Nummernschilder erkennen:

[Können Sie die Nummer vom Heck eines Autos lesen, das gut sieben Fahrzeuglängen von Ihnen entfernt ist?](#) (Selbstverständlich sollte das Schild schmutzfrei sein.)

Wenn nicht, reicht Ihr Sehvermögen allenfalls nicht aus, ein Fahrzeug lenken zu dürfen. Machen Sie in diesem Fall dringend einen Sehtest beim Augenoptiker!

### Wichtige Hinweise für den nachfolgenden Visus-Kurztest mit Landoltringen

- Drucken Sie das PDF-Dokument *ohne* «Seitengrösse anpassen» («fit to page») im Printmenü Ihres PC. Kontrollieren Sie bei Unsicherheit den Ausdruck bzw. die Eichstrecke mit dem Massstab.
- Achten Sie darauf, dass die Betrachtungsdistanz stimmt und gute Lichtverhältnisse herrschen.
- Testen Sie erst das linke, dann das rechte Auge, indem sie das andere Auge jeweils mit der Hand abdecken. Probieren Sie es erst am Schluss auch mit beiden Augen gleichzeitig.

### Testanleitung:

Bei Tageslicht in Augenhöhe aufhängen und aus 4 Meter Entfernung betrachten, zuerst mit nur einem Auge (das andere jeweils von Hand abdecken).

[In welche Richtung gehen die Ringöffnungen?](#)

## Visus-Kurztest mit Landoltringen



**Visus 0.4**



**Visus 0.5**



**Visus 0.6**



**Visus 0.7**



**Visus 0.8**



**Visus 1.0**

---

10cm