

E

1 20/200

F P

2 20/100

T O Z

3 20/70

L P E D

4 20/50

P E C F D

5 20/40

E D F C Z P

6 20/30

F E L O P Z D

7 20/25

D E F P O T E C

8 20/20

L E F O D P C T

9

F D P L T C E O

10

P E Z O L C F T D

11

• به منظور انجام این تست لطفا طبق دستور العمل زیر عمل کنید.

آزمون بینایی چشم (تست اسنلن)

۱. چارت بینایی فایل پیوست را روی برگه ۴آ پرینت کنید.
۲. چشمتان را در فاصله ۲/۸ متری (یا ۹ فوتی) از صفحه نمودار بینایی سنجی قرار دهید.
 - اگر کاغذ را در ابعاد دیگر پرینت کرده اید یا میخواهید از صفحه نمایشگر یا موبایل این کار را انجام دهید، راه به دست آوردن فاصله این است که ارتفاع حرف E در خط اول را به میلی متر با خط کش اندازه بگیرید. سپس آن را بر ۸۸ تقسیم کنید. نتیجه حاصله را در ۶ ضرب کنید. پاسخ فاصله شما به متر خواهد بود. برای مثال: $\text{متر } ۲/۸ = ۶ \times (۴۲/۸۸)$
- برای موبایل های هوشمند با عرض ۷ سانتی متر (و روشنایی ۵۰ درصدی صفحه) این فاصله نزدیک به ۹۰ سانتی متر می شود.
۳. چشم خود را برای سنجش قدرت بینایی تست کنید (با عینک و لنز هم می توانید). به این صورت که هر بار یک چشم خود را در نور کافی معاینه کنید. با چشم راست شروع کنید. چشم دیگر خود را با یک تکه کاغذ یا دست بپوشانید بدون اینکه به آن فشار بیاورید. سپس چشم چپ خود را اندازه بگیرید.
۴. حروف را از بزرگ به کوچک بخوانید.
 - اگر شما می توانید خط هشتم را بخوانید چشم شما دید کامل یا ۲۰/۲۰ را دارد. تفسیر این کسر به این صورت است که مثلاً اگر حرف اول چارت را فقط اگر می توانید بخوانید و دید شما 20/200 است یعنی حرفی را که افراد دیگر از فاصله ۲۰۰ فوتی می خوانند شما تنها از فاصله ۲۰ فوتی می توانید بخوانید.
 - اگر دید شما کامل نیست یا شک دارید میتوانید به یک بینایی سنج مراجعه کنید.
 - اگر این کار را برای کودکان انجام می دهید یا سواد انگلیسی ندارید چارت شماره ۲ را دانلود کنید.
 - برای آسانتر کردن کار می توانید از شخص دیگری هم کمک بگیرید تا به ترتیب حروف را به شما نشان دهد.

توجه: نتایج این تست صرفاً به عنوان یک غربالگری و برآورد کلی است و به هیچ وجه تشخیص بینایی دقیق با آن صورت نمی گیرد.

برای مشاهده دیگر تست ها به تارنمای www.asahse.ir مراجعه کنید.

مهندس مهدی علی گل کارشناس وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
دکتر محمد مهدی سهرابی متخصص طب کار