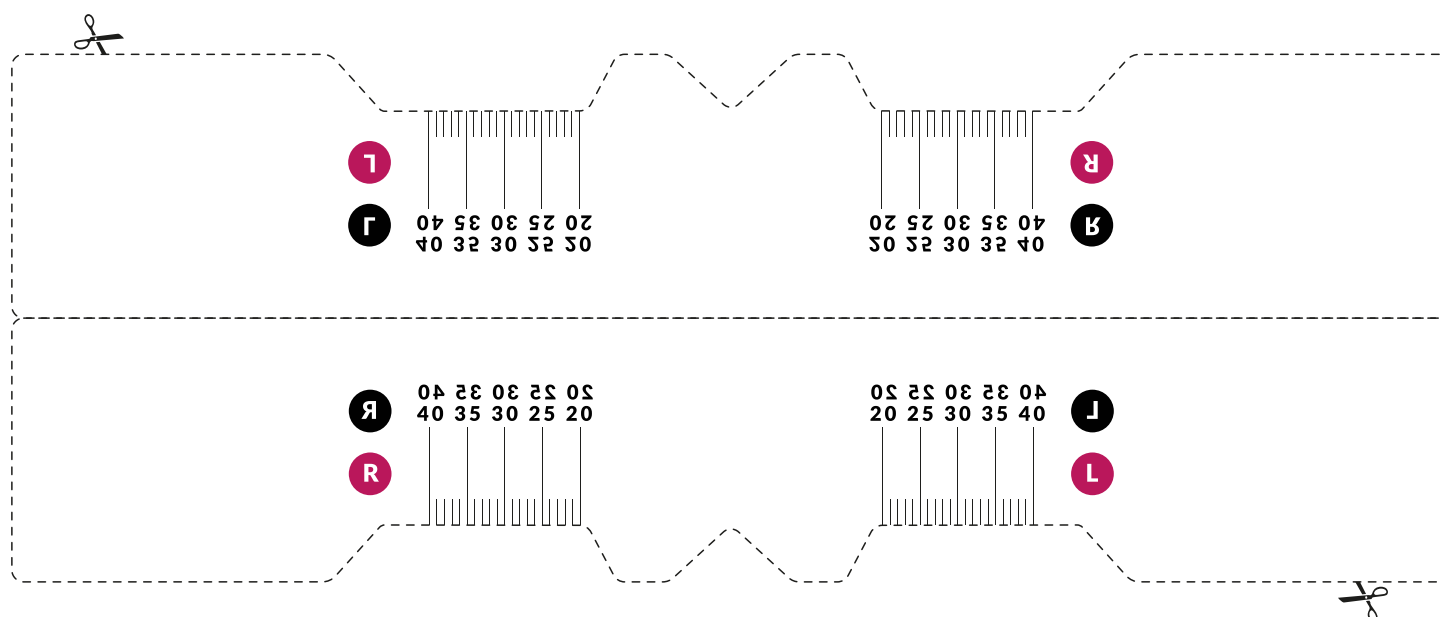
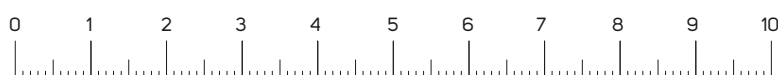


RAVNALO ZA RAZMAK ZJENICA



TESTNO RAVNALO



IZMJERITE SVOJ RAZMAK ZJENICA

1. Ispišite ovu stranicu (na printeru izaberite »stvarna veličina«).
2. Provjerite je li ravnalo ispisano u stvarnoj veličini tako da ga usporedite s pravim ravnalom.
3. Izrežite ravnalo za razmak zjenica uzduž označene crte i presavinite ga na pola.
4. Razmak zjenica možete izmjeriti sami ili uz nečiju pomoć.

Za praktičan prikaz mjerenja razmaka zjenica pogledajte video na ovoj poveznici:

<https://www.youtube.com/watch?v=IEr-5X6QNRE>

Ako ćete sami mjeriti razmak zjenica:

- položite utisnuti dio ravnala na korijen nosa;
- stanite pred ogledalo i gledajte ravno;
- napišite vrijednost PD koja odgovara središtu vaših zjenica – oznake desno (R) i lijevo (L) prikazuju vaše desno i lijevo oko iz vaše perspektive.

5. Unesite svoju vrijednost razmaka zjenica na stranici za recepte na www.adrialece.hr.