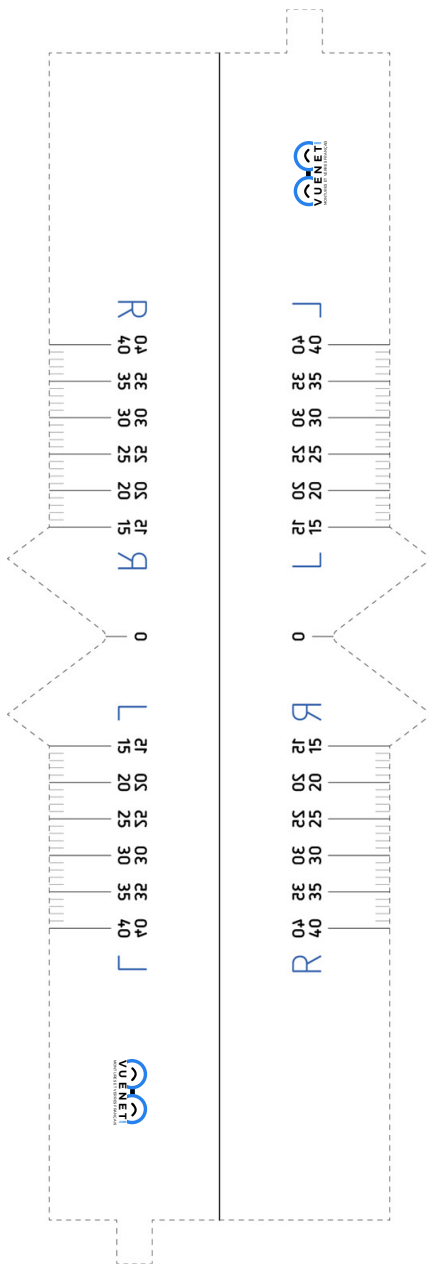


Règle pour mesurer l'écart pupillaire

Comment mesurer votre écart pupillaire EP avec une règle ?

Avec la règle présentée ci-après, vous pouvez facilement mesurer votre écart pupillaire.



Construire votre règle de mesure EP :

1. Imprimez le modèle de votre règle EP sur un carton légèrement ferme.
2. Pour vérifier si la règle EP est imprimée à la bonne échelle, placez une règle graduée sur l'échelle des millimètres de votre règle EP imprimée. Si les deux échelles correspondent, la règle EP est exacte. Sinon, adaptez les paramètres de l'imprimante pour harmoniser les deux échelles.
3. Découpez la règle et pliez la sur le trait épais du milieu. Pliez les onglets latéraux en arrière. Astuce : Pour une meilleure stabilité, vous pouvez coller la règle sur le dos non imprimé.

Mesurer l'écart pupillaire EP - méthode

Il y a deux méthodes différentes pour mesurer la distance entre les pupilles :

Mesurer avec le soutien d'un autre personne :

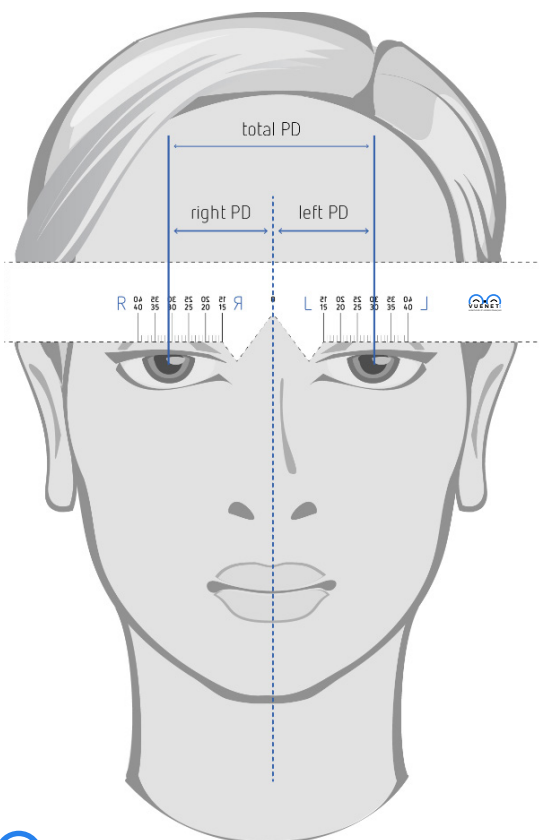
Pour cette méthode vous devez demander à une autre personne de mesurer votre écart pupillaire.

1. Se mettre à une distance d'environ un bras de votre assistant.
2. Votre assistant positionne la découpe en triangle de la règle EP sur votre nez. La règle doit être située juste au-dessus des yeux sans les couvrir.
3. Votre assistant ferme maintenant son oeil droit et lit la valeur sur l'échelle au-dessus du centre de la pupille de votre oeil droit. Utilisez la même technique pour votre oeil gauche.

Mesurer grâce au miroir :

Cette méthode vous aide, si vous n'avez pas d'autre personne qui pourrait vous assister.

1. Mettez-vous devant un miroir à environ un demi-mètre de distance.
2. Positionnez la découpe en triangle de la règle EP sur votre nez. La règle doit être située juste au-dessus des yeux sans les couvrir.
3. Fermez votre oeil gauche et lisez la distance de votre pupille sur l'échelle supérieure. Appliquez la même technique pour votre oeil droit.



Qu'est ce qui est l'écart pupillaire ?

Chaque personne a un visage unique. Les positions des yeux et du nez diffèrent donc d'une personne à l'autre. Par conséquent, les opticiens mesurent l'écart pupillaire pour chaque individu pour définir les lunettes. Elle est définie par la distance entre la racine du nez et le milieu de la pupille de chaque oeil. La distance nez/ oeil gauche et la distance nez/ oeil droit peuvent être assez différentes.