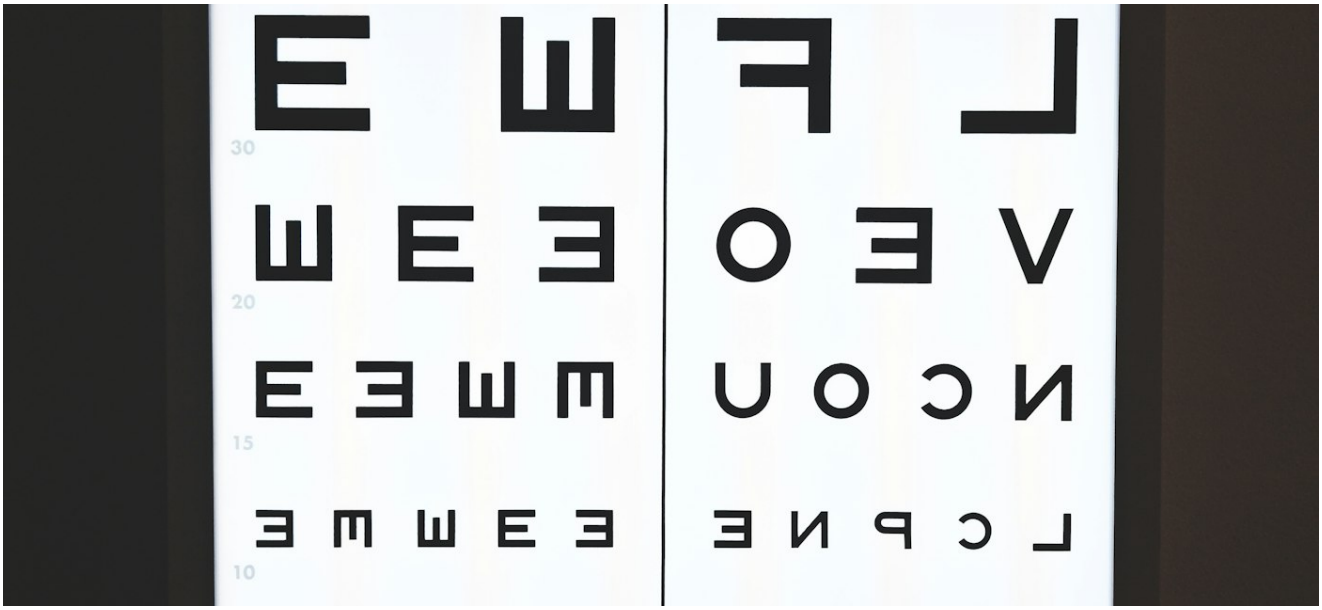
هل يمكن لتطبيق الهاتف قياس نظرك بدقة؟

اختبار النظر على الهاتف يصلح للفرز المبدئي للرؤية البعيدة لكنه لا يشخّص. ما تقيسه لوحة العشرين قدمًا العيادية، ولماذا تحدد المسافة نتيجتك.

الكاتب: Lubor Šimůnek · تاريخ النشر: October 6, 2026 · الصحة واللياقة
النسخة الإلكترونية: https://appstoryo.com/ar/blog/can-a-phone-app-test-your-eyesight-accurately



Sight Check: Eye Chart Game تطبيق مجاني للوحة قياس النظر على iPhone وأندرويد، يعرض صفوفًا من الحروف تصغر تدريجيًا على شاشتك أنت، حتى تتحقق من مدى حدة رؤيتك البعيدة. هو يفرز مبدئيًا ولا يشخّص. لوحة العيادة تُقرأ من مسافة 20 قدمًا، ولا يقترب أي هاتف من ذلك الشرط.

إفصاح: يدير AppStoryo الاستوديو نفسه الذي يطوّر Sight Check: Eye Chart Game. المقارنة أدناه تستخدم معايير يمكن التحقق منها علنًا وتسمّي بدائل حقيقية موجودة فعلًا.

هذه المسافة بين الفرز والتشخيص هي موضوع هذا المقال: اختبار النظر على الهاتف يمنحك رقمًا قابلًا للتكرار، لا سببًا للمشكلة. وSight Check: Eye Chart Game على App Store وSight check game على Google Play كلاهما مجاني.

ما مدى دقة اختبار النظر على الهاتف مقارنة بلوحة العيادة؟

أقرب مما يتوقعه معظم الناس، ومع ذلك ليس بديلًا. يذكر MedlinePlus، وهو الخدمة الموجّهة للجمهور من المكتبة الوطنية الأمريكية للطب، أن اختبارات حدة الإبصار المنزلية — المطبوعة منها، وتلك التي على تطبيقات الهواتف أو على الإنترنت — "تبيّن أنها دقيقة تقريبًا كاختبار يُجرى في عيادة مختص". هذه الجملة تتحدث عن حدة الإبصار وحدها، أي أصغر سطر يمكنك تمييزه، ولا تقول شيئًا عن ضغط العين ولا عن سلامة الشبكية ولا عن سبب ظهور سطر ما ضبابيًا.

المرجع العيادي نفسه بسيط وبلا بهرجة. فحسب الأكاديمية الأمريكية لطب العيون، تحمل لوحة سنيلن القياسية أحد عشر صفًا من الحروف الكبيرة، وتقف على مسافة عشرين قدمًا، وتقرأها بعين واحدة في كل مرة. صمّمها هرمان سنيلن في ستينيات القرن التاسع عشر، وهندستها لم تتغير تقريبًا منذ ذلك الحين.

لماذا تهم مسافة القراءة أكثر من التطبيق الذي تثبّته؟

لأن المسافة هي نصف القياس. نتيجة 20/40، كما يوضح MedlinePlus، تعني أن السطر الذي تقرأه من عشرين قدمًا (ستة أمتار) يمكن لشخص ذي رؤية طبيعية أن يقرأه من أربعين قدمًا (اثني عشر مترًا). غيّر الرقم الأول ويفقد الكسر معناه بالكامل. العيادات التي لا تتوفر فيها عشرون قدمًا تستخدم مرآة، وتلاحظ الأكاديمية أن النتائج واحدة في الحالتين: ما يهم هو مسار الضوء لا مساحة الأرض.

الهواتف لا تملك أيًّا من الاثنين، لذلك تصغّر كل لوحة على الشاشة حروفها لتناسب مسافة أقصر — تمامًا كما يصف MedlinePlus بشأن الورق: "تُستخدم لوحات خاصة عند الاختبار على مسافات أقل من عشرين قدمًا (ستة أمتار)". أخطئ بثلاثين سنتيمترًا في اختبار مصمم لمترين، وستكون قد أزحت النتيجة سطرًا كاملًا. هذا أكبر مصدر للأرقام العابثة في الاختبارات المنزلية، وهو في الوقت نفسه تحت سيطرتك بالكامل: حدّد المسافة التي يطلبها التطبيق، وعلّمها على الأرض، وأعد استخدام العلامة نفسها في كل مرة.

لماذا يعرض التطبيق نفسه حروفًا بأحجام مختلفة على هاتفين؟

البكسل ليس وحدة طول. تقول وثائق مطوّري أندرويد ذلك بصراحة: "قد يكون في جهاز مئة وستون بكسل لكل بوصة، بينما يحشر جهاز آخر أربعمئة وثمانين بكسل في المساحة نفسها". الحرف المرسوم بارتفاع مئة بكسل يصبح ماديًا أصغر ثلاث مرات على الشاشة الأكثر كثافة. جواب أندرويد هو البكسل المستقل عن الكثافة، وصيغة التحويل (px = dp * (dpi / 160)، مع اعتبار مئة وستين نقطة لكل بوصة خط الأساس.

شاشات Apple أعلى بكثير من خط الأساس ذاك: تذكر مواصفات iPhone 15 وجود شاشة بدقة 2556 في 1179 بكسل عند 460 بكسل لكل بوصة. والتطبيق الذي يحسب بالبكسل بدلًا من الملّيمترات يرسم حروفه هناك أصغر بنحو ثلاث مرات مما يجب. وأي اختبار نظر على الهاتف يستحق الاستخدام يحوّل أولًا إلى مقاس مادي حقيقي، ولهذا السبب نفسه لا يصلح الجهاز اللوحي والهاتف كسطحي اختبار متكافئين.

ما الذي يفعله Sight Check: Eye Chart Game فعليًا؟

الأمر يتوقف على صفحة المتجر التي تقرأها. صفحة App Store هي الإصدار 1.0، نُشرت في الرابع عشر من يوليو 2026: تنزيل بحجم 54.8 ميجابايت يتطلب iOS 14.0 أو أحدث، ومتاح على مئة وثلاثين جهازًا متوافقًا، بتصنيف 12+، ومدرج تحت الألعاب والألغاز والأدوات. وهي صريحة تمامًا في حدودها:

> صُمم Sight Check للترفيه والتحدي الخفيف فقط. ليس جهازًا طبيًا، ولا يشخّص أي حالة، وليس بديلًا عن فحص عيون يجريه مختص.

هذا هو وصف التطبيق نفسه على App Store، وليس ملخص مراجع خارجي. أما صفحة Google Play، المحدّثة في العشرين من يوليو 2026 وبتصنيف PEGI 3، فتصف حزمة فحوص أوسع تعمل على الجهاز نفسه: حدة الإبصار، وشعارات لاندولت سي وحرف E لسنيلن، ولوحات ألوان مولّدة، وفرزًا لأعراض اللابؤرية، وشبكة أمسلر، والتباين، وإدراك المجال المحيطي. ويعلن قسم أمان البيانات فيها أنه لا تُجمع أي بيانات ولا تُشارك أي منها مع أطراف ثالثة. كما تحمل الصفحتان اسمين مختلفين، فتوقّع "Sight check game" على أندرويد — وهي الصفحة التي تصف اليوم النسخة متعددة الفحوص.

أي تطبيق ينبغي أن تستخدمه فعلًا؟

اختر WHOeyes إن أردت أداة الفرز الأكثر قابلية للدفاع عنها

- تنشره منظمة الصحة العالمية، مجاني، الإصدار 2.6.5، محدّث في الثامن عشر من أغسطس 2026.
- مفيد حين تنوي أن تعرض النتيجة على مختص صحي.
- أقل الميزات وأضيق نطاق، وهذا مقصود في تصميمه.

اختر Virtual Vision Test إن أردت مسارًا استهلاكيًا مصقولًا

- من Warby Parker Inc، مجاني، الإصدار 52.0.0، محدّث في الثامن من يونيو 2026، وبـ 18,977 تقييمًا أمريكيًا.
- هو جزء من خدمة تجارية للنظارات، فالمسار يقود إلى شراء عدسات.
- الأفضل إن كنت تشتبه أصلًا في حاجتك إلى مقاس طبي.

اختر OcularCheck: Acuity Exam إن أردت أداة حدة إبصار غير ربحية

- من Project ORBIS International Inc، مجاني، الإصدار 2.2.0، آخر تحديث في الثامن من أكتوبر 2024.
- حدة الإبصار فقط، وخلفه منظمة غير ربحية متخصصة في الإبصار.
- العيب الصريح هو ذلك التاريخ: الهواتف الأحدث صدرت بعد آخر بناء للتطبيق.

اختر Sight Check: Eye Chart Game إن أردت تمرينًا متكررًا بلا حسابات

- مجاني في المتجرين، بلا تسجيل، والنتائج تبقى محفوظة على الجهاز.
- صفحة أندرويد تغطي أنواع فحوص أكثر من أي تطبيق آخر ذُكر هنا.
- يعلن صراحة أنه ليس جهازًا طبيًا، وهو الأحدث بين الأربعة.

متى يكون اختبار النظر على الهاتف هو الأداة الخطأ؟

في كل مرة يصبح السؤال "لماذا" لا "كم". فقدان مفاجئ للبصر، ووميض، وعوائم، وألم، ورؤية مزدوجة، أو تغيّر في عين واحدة فقط، كلها أسباب للاتصال بمختص عيون في اليوم نفسه. واللوحة كذلك لا ترى الزرق: تدرج الأكاديمية قياس ضغط العين وفحص المجال البصري كفحصين مستقلين تمامًا.

حجم المشكلة يفسّر لماذا يبقى الفرز المبدئي مهمًا. تفيد منظمة الصحة العالمية بأن ما لا يقل عن 2.2 مليار شخص يعيشون بإعاقة بصرية قريبة أو بعيدة، وأن ما لا يقل عن مليار من تلك الحالات كان يمكن منعها أو ما زال بلا معالجة، وأن أخطاء الانكسار وحدها تسبب 88.4 مليون حالة إعاقة بصرية بعيدة أو عمى، وأن 826 مليون شخص يتأثرون بقصر البصر الشيخي. لوحة مجانية لا تحل أيًّا من ذلك، لكنها قد تجعل شخصًا يلاحظ فرقًا بين عينيه فيحجز الموعد الذي يؤجله منذ زمن.

كيف تحصل في المنزل على نتيجة مفيدة من اختبار النظر على الهاتف؟

تعامل معه كقياس لا كنتيجة لعبة. استخدم المسافة التي يحددها التطبيق بدقة وعلّمها على الأرض. ثبّت السطوع حتى لا يحرّكه السطوع التلقائي بين محاولة وأخرى. أضئ الغرفة بانتظام وأبعد الانبهار عن الزجاج. غطِّ عينًا واحدة براحة اليد أو بورقة مقوّاة، كما يصف MedlinePlus، بدلًا من تضييقها. سجّل قراءة بنظارتك أو عدساتك المعتادة وأخرى بدونها.

ثم أعد الاختبار في الظروف نفسها تمامًا. قراءة واحدة مجرد حكاية عابرة؛ أما القراءة نفسها بعد ثلاثة أسابيع فهي اتجاه، وانخفاض بمقدار سطر في عين واحدة يستحق أن يُعرض على مختص. ولاحظ أيضًا قاعدة الاحتساب عند الأكاديمية: إن أخطأت حرفًا أو حرفين في أصغر سطر وصلت إليه، فأنت تُحتسب قارئًا لذلك السطر. ولبناء هذه العادة بطريقة مجانية وبلا إنترنت وبلا حسابات، فإن Sight Check: Eye Chart Game على iOS نقطة بداية معقولة.

أسئلة شائعة عن اختبارات النظر على الهاتف

هل يمكن لتطبيق أن يحل محل فحص العيون؟

لا. لوحة حدة الإبصار تقيس شيئًا واحدًا: أصغر سطر حروف يمكنك تمييزه. أما الفحص الكامل فيغطي أيضًا ضغط العين والشبكية والمجال البصري، وتدرجها الأكاديمية الأمريكية لطب العيون كفحوص منفصلة. استخدم تطبيقًا لتلاحظ تغيّرًا، ثم احجز الفحص نفسه.

على أي مسافة يجب أن أقف من الهاتف للاختبار؟

على المسافة التي يحددها التطبيق بالضبط. لوحات العيادات تُقرأ من عشرين قدمًا، أي ستة أمتار، أما لوحات الهاتف فتصغّر حروفها لمسافة أقصر بكثير. إن ارتجلت المسافة صارت النتيجة بلا معنى، فقس مرة واحدة بدقة وعلّم الموضع على الأرض.

هل Sight Check: Eye Chart Game مجاني؟

نعم، في المتجرين. يذكره App Store مجانًا، بتنزيل حجمه 54.8 ميجابايت يتطلب iOS 14.0 أو أحدث، ويذكره Google Play مجانًا بتصنيف PEGI 3. ولا حساب عليك إنشاؤه، ويعلن قسم أمان البيانات في Play أنه لا تُجمع أي بيانات.

لماذا اختلفت نتيجتي على الهاتف وعلى الجهاز اللوحي؟

لأن كثافة البكسل مختلفة. تلاحظ وثائق أندرويد أن شاشة قد تضم مئة وستين بكسل لكل بوصة بينما تضم أخرى أربعمئة وثمانين في المساحة نفسها، فتعطي الأبعاد المتطابقة بالبكسل أحجام حروف مادية مختلفة. أضف اختلاف مسافة الإمساك، فتصبح القراءتان غير قابلتين للمقارنة.

هل يكتشف اختبار النظر على الهاتف الزرق؟

لا، وهذا أهم قيد ينبغي فهمه. يُكتشف الزرق عادة بقياس ضغط العين وفحص المجال البصري، وتتعامل الأكاديمية معهما كفحصين مختلفين عن لوحة حدة الإبصار. والزرق المبكر كثيرًا ما يترك حدة الإبصار المركزية سليمة، فقد تقرأ أصغر سطر ويكون الضرر يتقدم بالفعل.

هل أجري الاختبار بالنظارة أم بدونها؟

أجره بالطريقتين وسجّل النتيجتين. يفرّق MedlinePlus بين حدة الإبصار "غير المصححة"، المقيسة دون نظارة أو عدسات لاصقة، وحدة الإبصار "بأفضل تصحيح"، المقيسة بهما. وزوج الأرقام هو ما يخبرك إن كان مقاسك الحالي لا يزال يؤدي عمله، وهو ما لا يقوله أي رقم منهما وحده.

هل تُرسل نتائجي إلى أي مكان؟

ليس بحسب صفحة Play، التي تنص على أن النتائج تُخزَّن محليًا، ويفيد إعلان أمان البيانات فيها بأنه لا تُجمع أي بيانات ولا تُشارك مع أطراف ثالثة. وتصف الصفحتان التطبيق بأنه يعمل دون حساب. تحقق أنت من الصفحة، فالمطورون قد يحدّثون هذه الإعلانات.

أي هذه التطبيقات لديه أكبر عدد من التقييمات المستقلة؟

Virtual Vision Test بفارق واسع: 18,977 تقييمًا أمريكيًا على App Store في السادس والعشرين من سبتمبر 2026، مقابل ثلاثة لـ WHOeyes وخمسة عشر لـ OcularCheck: Acuity Exam. وعدد التقييمات يقيس الانتشار لا الصلاحية العيادية، فاقرأه دليلًا على جودة الصنعة لا على الدقة.

من أين أنزّل Sight Check: Eye Chart Game؟

على iPhone هو Sight Check: Eye Chart Game على App Store، وعلى أندرويد يظهر باسم مختلف، أي Sight check game على Google Play. كلاهما مجاني، وصفحة أندرويد هي التي تصف اليوم الحزمة الأوسع من فحوص الفرز.

طريقة الاقتباس: Lubor Šimůnek (2026). هل يمكن لتطبيق الهاتف قياس نظرك بدقة؟. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/ar/blog/can-a-phone-app-test-your-eyesight-accurately
© 2026 lapnito.cz s.r.o.