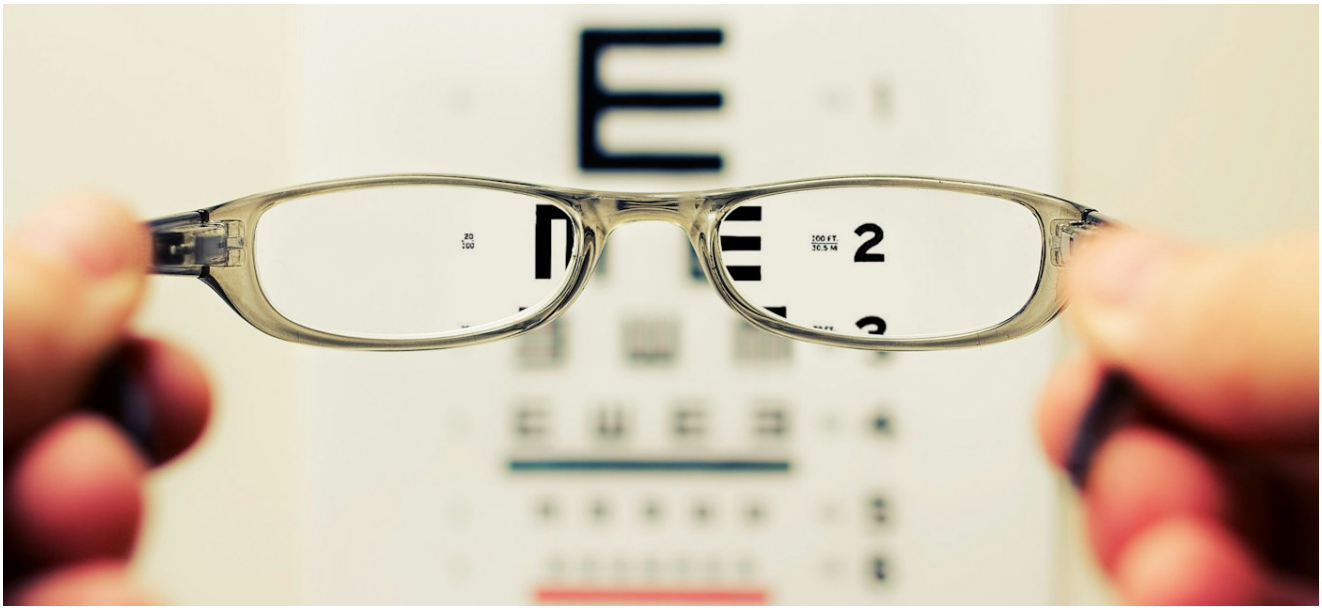
ما معنى حدة البصر 20/20 فعلياً؟

حدة البصر 20/20 حدة طبيعية وليست بصراً مثالياً، ومكافئها المتري 6/6. ما يقيسه هذا الكسر، وأين يصبح 20/40 و20/20 حدّاً قانونياً.

الكاتب: Lubor Šimůnek · تاريخ النشر: November 3, 2026 · الإنتاجية
النسخة الإلكترونية: https://appstoryo.com/ar/blog/what-does-20-20-vision-actually-mean



حدة البصر 20/20 تعني أنك تقرأ من مسافة 20 قدماً السطر نفسه الذي يقرأه من 20 قدماً شخص ذو بصر طبيعي. هذه حدة طبيعية وليست بصراً مثالياً، ومكافئها المتري 6/6. وتطبيق Sight Check: Eye Chart Game لعبة مجانية على هيئة لوحة فحص بصر لنظامي iOS وAndroid بحجم 54.8 ميغابايت، للتمرن على تلك الأسطر المتضائلة في المنزل.

إفصاح: يدير AppStoryo الاستوديو نفسه الذي يطور Sight Check: Eye Chart Game. والمقارنة أدناه تستند إلى معايير قابلة للتحقق علناً وتذكر بدائل حقيقية بأسمائها.

يمكنك تجربة الأسطر في Sight Check: Eye Chart Game على App Store أو على Google Play، حيث يظهر التطبيق باسم Sight check game.

ما الذي يقيسه كسر 20/20 فعلياً؟

إنه نسبة بين مسافتين، لا نسبة مئوية ولا درجة. توضح الأكاديمية الأمريكية لطب العيون أن الرقم الأعلى هو بعدك عن اللوحة بالأقدام، وأن الرقم الأدنى هو المسافة التي يقرأ منها شخص ذو بصر طبيعي السطر نفسه الذي قرأته للتو. وتساوي الرقمين يعني أن بصرك البعيد يساوي المرجع، ولا شيء أكثر من ذلك.

ويصوغ MedlinePlus الحساب بالاتجاه المعاكس: 20/40 تعني أن السطر الذي تقرأه من 20 قدماً تقرأه عين متوسطة من 40 قدماً. فالرقم الأدنى يخبرك كم كان يمكن للعين المتوسطة أن تتراجع: ثلاثة أضعاف بعدك عند 20/60، وعشرة أضعاف عند 20/200. والحدة تقيس أمراً ضيقاً واحداً، هو مدى دقة التفصيل الذي تحله على البعد.

لماذا تُقرأ اللوحة من 20 قدماً وما هو 6/6؟

طوّر طبيب العيون الهولندي هيرمان سنيلن اللوحة في ستينيات القرن التاسع عشر بطلب من زميله فرانسيسكوس

دوندرس. وعشرون قدماً قريبة بما يكفي من اللانهاية البصرية لتسترخي العين بدل أن تطابق. ويذكر MedlinePlus المسافة بأنها 20 قدماً، أي 6 أمتار، وفي ذلك كل تفسير الصيغة 6/6 التي تكتبها عيادة خارج الولايات المتحدة. فـ6/6 هي 20/20 و6/12 هي 20/40. والغرف القصيرة تستعين بمرآة، والنتيجة واحدة.

أي المهن تحدد حدة بصر بالقانون؟

هنا يتوقف 20/20 عن كونه موروثاً شعبياً ويصبح تشريعاً. فبموجب 49 CFR 391.41(b)(10)، يحتاج قائد المركبة التجارية في الولايات المتحدة إلى حدة بصر بعيد لا تقل عن 20/40 في كل عين، بعدسات أو بدونها، وحدة ثنائية العين لا تقل عن 20/40، ومجال بصري لا يقل عن 70 درجة في خط الزوال الأفقي لكل عين، والقدرة على تمييز إشارات المرور القياسية الحمراء والخضراء والكهرمانية.

والطيران أشد صرامة. فـ14 CFR 67.103 يشترط على طالب الشهادة الطبية لطيار الدرجة الأولى إثبات حدة بصر بعيد 20/20 أو أفضل في كل عين على حدة، إضافة إلى بصر قريب 20/40 على 16 بوصة؛ ويلزم من بلغ 50 عاماً أو أكثر أن يحقق 20/40 على 32 بوصة أيضاً. وهذه النصوص هي الموضع الوحيد الذي يكون فيه 20/20 حدّ نجاح لا وصفاً.

هل 20/20 هو نفسه البصر المثالي؟

لا، وهذا هو سوء الفهم المعتاد. فـ20/20 طبيعي: نقطة مرجعية في منتصف المدى لا سقف له، إذ يقيس كثيرون 20/15 أو 20/10. كما أنه لا يقول شيئاً عن رؤية الألوان ولا إدراك العمق ولا المجال المحيطي ولا حساسية التباين ولا ضغط العين، ولهذا يقيس الفحص أموراً عدة بينما تقيس اللوحة أمراً واحداً.

وتذكر منظمة الصحة العالمية ما لا يقل عن 2.2 مليار شخص لديهم ضعف في البصر القريب أو البعيد، وما لا يقل عن مليار حالة كان يمكن منعها أو ما زالت دون معالجة: قصو البصر الشيخي 826 مليوناً، والساد 94 مليوناً، والأخطاء الانكسارية غير المصححة 88.4 مليوناً. ويقدّر المعهد الوطني للعيون الأخطاء الانكسارية بأكثر من 150 مليون أمريكي، كثير منهم لا يعرف أنه قادر على رؤية أفضل.

ما الذي يفعله Sight Check: Eye Chart Game فعلياً؟

إنه لعبة، وصفحته في المتجر تقول ذلك. فـSight Check: Eye Chart Game يعرض أسطراً من حروف متضائلة تقرأها بصوت عال من الطرف الآخر للغرفة، ويحفظ نتيجتك مقابل أفضل نتيجة شخصية لك، ويبقي النتائج على الجهاز. التطبيق مجاني، وحجمه 54.8 ميغابايت، وتصنيفه 12+، وإصداره 1.0 بتاريخ 15 يوليو 2026، وبلا إعلانات، ومدرج بالإنجليزية وحدها. وهذه الصفحة هي أيضاً القيد الصادق، بكلمات المطور نفسه على App Store:

> صُمم Sight Check للترفيه والتحدي العابر فقط. وهو ليس جهازاً طبياً، ولا يشخص أي حالة، ولا يحل محل فحص عيون مهني.

خذ ذلك على أنه بيان نطاق، فهو كذلك. يستطيع أن يبين لك أن السطر الخامس صار ضبابياً هذا العام بعد أن لم يكن كذلك العام الماضي، وهذا سبب جيد لحجز موعد. ولا يستطيع أن يخبرك بانكسار عينك.

أي تطبيق ينبغي أن تستخدم فعلاً؟

اختر Virtual Vision Test إن أردت نتيجة بوصفة طبية

- اختبار Warby Parker، الإصدار 52.0.0 المحدَّث في 8 يونيو 2026، هو الوحيد هنا المرتبط بمسار عيادي: فهو يجدد وصفة نظارات أو عدسات قائمة بالفعل.
- مجاني، 70.5 ميغابايت، ويتطلب iOS 16.0 أو أحدث، ويحقق متوسط 4.76 من 19,080 تقييماً، أي استخداماً واقعياً يتجاوز بكثير كل ما في هذه القائمة.

- يفوز دون منازع إن كنت تريد مستنداً لا درجة.

اختر OcularCheck: Acuity Exam إن أردت أداة تحرٍ

- تنشره Project ORBIS International، المؤسسة غير الربحية لصحة العيون؛ الإصدار 2.2.0 بتاريخ 8 أكتوبر 2024، مجاني، وبحجم 2.3 ميغابايت فقط، أصغر تنزيل هنا بفارق واسع.
- يتطلب iOS 17.0 أو أحدث، ومتوسطه 3.8 يقوم على 15 تقييماً فحسب، فالعينة ضئيلة بينما المنشأ عيادي.
- يفوز في التحري عند ضعف الاتصال.

اختر Kay iSight Test Professional إن كنت تفحص طفلاً صغيراً

- تصنع Kay Pictures Ltd لوحات بالصور منذ عقود؛ الإصدار 7.1 بتاريخ 2 فبراير 2026، مجاني، 22.2 ميغابايت، ومتوسط 4.4 من 10 تقييمات.
- يتطلب iOS 18.6 أو أحدث، ما يستبعد الأجهزة الأقدم، لكن لوحات الصور تنفع مع طفل لا يقرأ الحروف بعد، وهو ما لا تستطيعه أي لوحة حروف.
- يفوز دون منازع مع الأطفال قبل سن القراءة.

اختر Sight Check: Eye Chart Game إن أردت اللوحة لعبةً

- مجاني، 54.8 ميغابايت، بلا إعلانات، والنتائج تبقى على الجهاز، ومتوفر على iOS وAndroid معاً، في حين أن الثلاثة أعلاه لأجهزة iPhone وiPad وحدها.
- وهو الوحيد من الأربعة الذي يصف نفسه صراحة لعبةً عابرة، وهذا ما يجعله صادقاً للعب العائلي وخاطئاً لأي استخدام عيادي.

متى تكون لوحة الفحص على الهاتف الأداة الخطأ؟

ثلاث حالات. الأولى، إن تغير شيء بصورة مفاجئة: فقدان البصر في عين واحدة، أو ومضات أو عوائم جديدة، أو ألم، أو ازدواج الرؤية، لأن تطبيقات الحدة تقيس حالة مستقرة وهي عمياء عن حدث حاد. والثانية، إن احتجت رقماً له قيمة: فحد 20/40 للقيادة ومعيار 20/20 للطيار يقيسهما فاحص في ظروف مضبوطة. والثالثة، مع طفل، حيث تعطي شاشة غير معايرة على مسافة غير مضبوطة رقماً قليل المعنى.

وبهذا الفهم، يبقى Sight Check: Eye Chart Game طريقة معقولة لمتابعة بصرك البعيد بين موعد وآخر: على App Store وعلى Google Play باسم Sight check game، مجاناً، والنتائج تبقى في هاتفك.

أسئلة متكررة عن حدة البصر 20/20

ما معنى حدة البصر 20/20 بعبارة مبسطة؟

أنت تقرأ من 20 قدماً سطراً يقرأه أيضاً من 20 قدماً شخص ذو بصر طبيعي. الرقم الأعلى بعدك عن اللوحة، والأدنى المسافة التي تقرأ منها عين متوسطة ذلك السطر. وتساوي الرقمين يعني بصراً بعيداً متوسطاً.

هل حدة البصر 20/20 مثالية؟

لا. هي طبيعية أكثر منها مثالية وتقع في منتصف المدى: 20/15 و20/10 أفضل. كما تتجاهل الحدة رؤية الألوان والعمق والمجال المحيطي وضغط العين، فنتيجة 20/20 ليست شهادة سلامة للعين.

ما المكافئ المتري لـ20/20؟

هو 6/6، لأن 20 قدماً نحو 6 أمتار. ويذكر MedlinePlus المسافة القياسية بأنها 20 قدماً، أي 6 أمتار، ويعد 20/20 و6/6 النتيجة الطبيعية ذاتها. وبالتحويل نفسه يُكتب 20/40 على صورة 6/12.

ما معنى حدة البصر 20/40؟

أصغر سطر تقرأه من 20 قدماً تقرأه عين متوسطة من 40 قدماً، فتقف على نصف المسافة للتفصيل نفسه. ويقول MedlinePlus ذلك صراحة، و20/40 هو الحد القانوني لقائدي المركبات التجارية في الولايات المتحدة.

لماذا تُفحص اللوحة من 20 قدماً؟

على 20 قدماً تسترخي العين بدل أن تطابق، فيقارب الفحص البصر البعيد. وقد صمم سنيلن اللوحة حول تلك المسافة في ستينيات القرن التاسع عشر. والعيادات ذات الغرف القصيرة تستعين بمرآة، والنتيجة واحدة.

أي حدة بصر تلزم لقيادة شاحنة؟

بموجب 49 CFR 391.41(b)(10)) يحتاج قائد المركبة التجارية إلى 20/40 على الأقل في كل عين، و20/40 بالعينين، ومجال لا يقل عن 70 درجة في خط الزوال الأفقي لكل عين، وتمييز الإشارات الحمراء والخضراء والكهرمانية.

هل يحتاج الطيارون إلى حدة بصر 20/20؟

للشهادة الطبية لطيار الدرجة الأولى، نعم. يشترط 14 CFR 67.103 حدة 20/20 أو أفضل في كل عين على حدة، إضافة إلى بصر قريب 20/40 على 16 بوصة. ومن بلغ 50 عاماً أو أكثر يلزمه 20/40 على 32 بوصة كذلك.

هل يستطيع تطبيق أن يقيس حدة بصري بدقة؟

ليس بصورة موثوقة. فالحدة تتوقف على مسافة النظر وحجم الشاشة وسطوعها، والهاتف يترك الثلاثة لك بينما تثبتها العيادة. قد يبين تغيراً عبر الزمن، لكن الرقم الذي يعرضه ليس قياساً عيادياً.

هل يغير خطأ في حرف واحد نتيجتي؟

غالباً لا. يذكر MedlinePlus أنك إن أخطأت حرفاً أو حرفين في أصغر سطر تستطيع قراءته، فلا تزال حدة بصرك تُحسب مساوية لذلك السطر. والتقدير يتسامح مع بضعة أخطاء، فقياسان للعين ذاتها قد يختلفان.

هل Sight Check: Eye Chart Game جهاز طبي؟

لا. تذكر صفحته في App Store أنه صُمم للترفيه والتحدي العابر فقط، وأنه ليس جهازاً طبياً، ولا يشخص أي حالة، ولا يحل محل فحص عيون مهني. فاعتبر النتيجة نتيجة لعبة.

طريقة الاقتباس: Lubor Šimůnek (2026). ما معنى حدة البصر 20/20 فعلياً؟. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/ar/blog/what-does-20-20-vision-actually-mean
© 2026 lapnito.cz s.r.o.