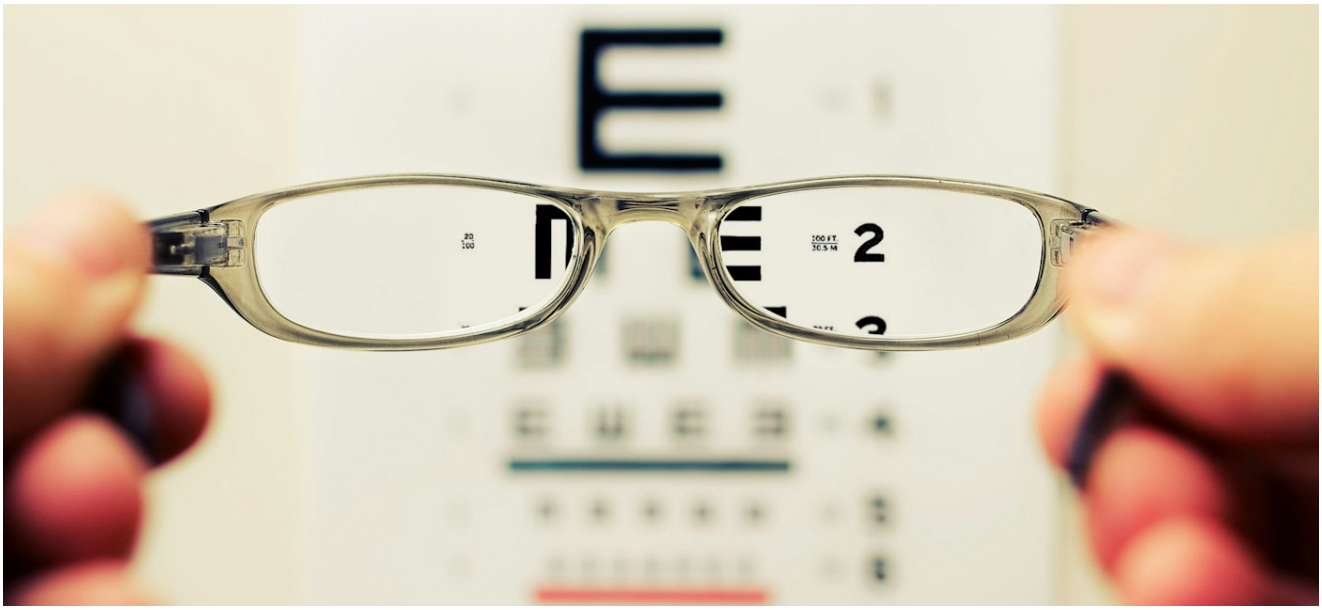
Was Bedeutet 20/20-Sehkraft Eigentlich?

20/20 ist normale Sehschärfe, keine perfekte Sicht, und entspricht metrisch 6/6. Was der Bruch misst und wo 20/40 und 20/20 gesetzliche Grenzwerte sind.

Autor: Lubor Šimůnek · Veröffentlicht: November 3, 2026 · Produktivität
Online-Version: https://appstoryo.com/de/blog/what-does-20-20-vision-actually-mean



20/20-Sehkraft bedeutet, dass Sie auf 20 Fuß dieselbe Zeile lesen, die eine normalsichtige Person auf 20 Fuß liest. Das ist normale Sehschärfe, keine perfekte Sicht, und entspricht metrisch 6/6. Sight Check: Eye Chart Game ist ein kostenloses Sehtafel-Spiel für iOS und Android mit 54,8 MB, um diese immer kleineren Zeilen zu Hause zu üben.

Offenlegung: AppStoryo wird von dem Studio betrieben, das Sight Check: Eye Chart Game entwickelt. Der folgende Vergleich nutzt öffentlich überprüfbare Kriterien und nennt echte Alternativen.

Die Zeilen können Sie in Sight Check: Eye Chart Game im App Store oder bei Google Play ausprobieren, wo die App als Sight check game geführt wird.

Was misst der Bruch 20/20 tatsächlich?

Er ist ein Verhältnis von Entfernungen, kein Prozentwert und keine Punktzahl. Die American Academy of Ophthalmology erklärt, dass die obere Zahl angibt, wie viele Fuß Sie von der Tafel entfernt stehen, und die untere die Entfernung, auf der eine normalsichtige Person dieselbe Zeile liest, die Sie gerade gelesen haben. Gleiche Zahlen heißen, dass Ihre Fernsicht dem Referenzwert entspricht, und nicht mehr.

MedlinePlus formuliert die Rechnung umgekehrt: 20/40 heißt, die Zeile, die Sie auf 20 Fuß lesen, liest ein durchschnittliches Auge noch auf 40 Fuß. Die untere Zahl sagt also, wie viel weiter hinten ein durchschnittliches Auge hätte stehen können: das Dreifache Ihrer Entfernung bei 20/60, das Zehnfache bei 20/200. Sehschärfe misst nur eine enge Größe,

nämlich wie fein ein Detail ist, das Sie in der Ferne auflösen.

Warum wird die Tafel auf 20 Fuß gelesen, und was ist 6/6?

Hermann Snellen, ein niederländischer Augenarzt, entwickelte die Tafel in den 1860er-Jahren auf Bitte seines Kollegen Franciscus Donders. Zwanzig Fuß liegen nah genug am optischen Unendlichen, dass das Auge entspannt statt zu akkommodieren. MedlinePlus gibt die Entfernung mit 20 Fuß beziehungsweise 6 Metern an, und darin liegt die ganze Erklärung für 6/6, die Schreibweise einer Klinik außerhalb der Vereinigten Staaten. 6/6 ist 20/20 und 6/12 ist 20/40. Kurze Räume arbeiten mit einem Spiegel, bei gleichem Ergebnis.

Welche Berufe schreiben eine Sehschärfe gesetzlich vor?

Hier hört 20/20 auf, Folklore zu sein, und wird Vorschrift. Nach 49 CFR 391.41(b)(10) braucht ein Berufskraftfahrer in den Vereinigten Staaten eine Fernsehschärfe von mindestens 20/40 auf jedem Auge, mit oder ohne Gläser, eine binokulare Sehschärfe von mindestens 20/40, ein Gesichtsfeld von mindestens 70 Grad im horizontalen Meridian jedes Auges und die Fähigkeit, die Standardsignale in Rot, Grün und Gelb zu erkennen.

Die Luftfahrt ist strenger. 14 CFR 67.103 verlangt von Bewerbern um ein fliegerärztliches Zeugnis der Klasse 1 eine Fernsehschärfe von 20/20 oder besser auf jedem Auge einzeln sowie eine Nahsicht von 20/40 auf 16 Zoll; Bewerber ab 50 Jahren müssen zusätzlich 20/40 auf 32 Zoll erreichen. Nur in diesen Vorschriften ist 20/20 eine Bestehensgrenze und keine Beschreibung.

Ist 20/20 dasselbe wie perfekte Sicht?

Nein, und das ist das übliche Missverständnis. 20/20 ist normal, ein Bezugspunkt in der Mitte und keine Obergrenze, denn viele Menschen messen 20/15 oder 20/10. Über Farbsehen, Tiefenwahrnehmung, peripheres Gesichtsfeld, Kontrastempfindlichkeit oder Augeninnendruck sagt der Wert ebenfalls nichts, und darum prüft eine Untersuchung mehrere Dinge, während eine Tafel eines prüft.

Die Weltgesundheitsorganisation berichtet von mindestens 2,2 Milliarden Menschen mit einer Nah- oder Fernsehbeeinträchtigung und von mindestens 1 Milliarde Fällen, die vermeidbar waren oder unversorgt bleiben: Presbyopie 826 Millionen, Katarakt 94 Millionen, unkorrigierte Refraktionsfehler 88,4 Millionen. Das National Eye Institute nennt mehr als 150 Millionen US-Amerikaner mit Refraktionsfehlern, von denen viele nicht wissen, dass sie besser sehen könnten.

Was macht Sight Check: Eye Chart Game eigentlich?

Es ist ein Spiel, und der Store-Eintrag sagt das auch. Sight Check: Eye Chart Game zeigt Zeilen immer kleinerer Buchstaben, die Sie vom anderen Ende des Raums laut vorlesen, speichert Ihren Punktestand gegen die persönliche Bestleistung und behält die Ergebnisse auf dem Gerät. Die App ist kostenlos, 54,8 MB groß, ab 12 Jahren freigegeben, Version 1.0 vom 15. Juli 2026, werbefrei und nur auf Englisch gelistet. Der Eintrag ist zugleich die ehrliche Einschränkung, in den Worten des Entwicklers im App Store:

> Sight Check ist rein für Unterhaltung und beiläufige Herausforderung gedacht. Es ist kein Medizinprodukt, diagnostiziert keine Erkrankung und ersetzt keine professionelle Augenuntersuchung.

Nehmen Sie das als die Reichweitenangabe, die es ist. Die App kann zeigen, dass die fünfte Zeile dieses Jahr verschwommen ist, letztes Jahr aber nicht, ein guter Anlass für einen Termin. Ihre Refraktion kann sie nicht nennen.

Welche App sollten Sie wirklich nutzen?

Nehmen Sie Virtual Vision Test, wenn Sie ein Rezept wollen

- Der Test von Warby Parker, Version 52.0.0 vom 8. Juni 2026, ist der Einzige hier, der an einen klinischen Weg gebunden ist: Er dient der Verlängerung eines bestehenden Brillen- oder Kontaktlinsenrezepts.
- Kostenlos, 70,5 MB, erfordert iOS 16.0 oder neuer und hält einen Schnitt von 4,76 aus 19.080 Bewertungen, also weit mehr echte Nutzung als alles andere hier.
- Er gewinnt klar, wenn Sie ein Dokument und keine Punktzahl wollen.

Nehmen Sie OcularCheck: Acuity Exam, wenn Sie ein Screening-Werkzeug wollen

- Veröffentlicht von Project ORBIS International, der gemeinnützigen Augenheilkunde-Organisation; Version 2.2.0 vom 8. Oktober 2024, kostenlos und nur 2,3 MB, der mit Abstand kleinste Download hier.
- Erfordert iOS 17.0 oder neuer, und der Schnitt von 3,8 beruht auf nur 15 Bewertungen, die Stichprobe ist also dünn, die Herkunft dafür klinisch.
- Er gewinnt beim Screening mit wenig Bandbreite.

Nehmen Sie Kay iSight Test Professional, wenn Sie ein kleines Kind testen

- Kay Pictures Ltd stellt seit Jahrzehnten Bild-Optotypen her; Version 7.1 vom 2. Februar 2026, kostenlos, 22,2 MB, Schnitt 4,4 aus 10 Bewertungen.
- Die App verlangt iOS 18.6 oder neuer, was ältere Geräte ausschließt, aber Bildtafeln funktionieren bei einem Kind, das noch keine Buchstaben liest, was keine Buchstabentafel leisten kann.
- Sie gewinnt klar bei Kindern, die noch nicht lesen.

Nehmen Sie Sight Check: Eye Chart Game, wenn Sie die Tafel als Spiel wollen

- Kostenlos, 54,8 MB, werbefrei, Ergebnisse bleiben auf dem Gerät, und erhältlich für iOS und Android, während die drei oben nur für iPhone und iPad erscheinen.
- Es ist das einzige der vier, das sich ausdrücklich als Gelegenheitsspiel bezeichnet, was es für den Familienabend ehrlich und für jeden klinischen Zweck falsch macht.

Wann ist eine Sehtafel auf dem Handy das falsche Werkzeug?

Drei Situationen. Erstens, wenn sich etwas plötzlich geändert hat: Sehverlust auf einem Auge, neue Lichtblitze oder Mouches volantes, Schmerzen, Doppelbilder, denn Sehschärfe-Apps messen einen stabilen Zustand und sind für ein akutes Ereignis blind. Zweitens, wenn Sie eine Zahl brauchen, die zählt: Die 20/40-Grenze beim Fahren und der 20/20-Standard für Piloten werden von einem Prüfer unter kontrollierten Bedingungen gemessen. Drittens bei einem Kind, wo ein unkalibrierter Bildschirm auf unkontrollierter Entfernung eine Zahl liefert, die wenig bedeutet.

Mit diesem Vorbehalt ist Sight Check: Eye Chart Game ein vernünftiger Weg, die eigene Fernsicht zwischen zwei Terminen zu beobachten: im App Store und bei Google Play als Sight check game, kostenlos, und die Ergebnisse bleiben auf dem Telefon.

Häufige Fragen zur 20/20-Sehkraft

Was bedeutet 20/20-Sehkraft einfach gesagt?

Sie lesen auf 20 Fuß eine Zeile, die eine normalsichtige Person ebenfalls auf 20 Fuß liest. Die obere Zahl ist Ihr Abstand zur Tafel, die untere die Entfernung, aus der ein durchschnittliches Auge diese Zeile liest. Gleiche Zahlen bedeuten durchschnittliche Fernsicht.

Ist 20/20 perfekte Sicht?

Nein. Der Wert ist normal und nicht perfekt und liegt in der Mitte: 20/15 und 20/10 sind besser. Sehschärfe ignoriert außerdem Farbsehen, Tiefenwahrnehmung, peripheres Gesichtsfeld und Augeninnendruck, ein 20/20 ist also kein Gesundheitszeugnis für das Auge.

Was ist das metrische Äquivalent von 20/20?

Es ist 6/6, denn 20 Fuß sind etwa 6 Meter. MedlinePlus gibt die Standardentfernung mit 20 Fuß beziehungsweise 6 Metern an und behandelt 20/20 und 6/6 als dasselbe normale Ergebnis. Nach derselben Umrechnung schreibt man 20/40 als 6/12.

Was bedeutet 20/40-Sehkraft?

Die kleinste Zeile, die Sie auf 20 Fuß lesen, liest ein durchschnittliches Auge noch auf 40 Fuß, Sie stehen also halb so weit entfernt für dasselbe Detail. MedlinePlus sagt das direkt, und 20/40 ist die gesetzliche Grenze für US-Berufskraftfahrer.

Warum wird die Sehtafel auf 20 Fuß geprüft?

Auf 20 Fuß entspannt das Auge statt zu akkommodieren, der Test nähert sich damit der Fernsicht. Snellen entwarf die Tafel in den 1860er-Jahren um diese Entfernung. Kliniken mit kurzen Räumen nutzen einen Spiegel, bei gleichem Ergebnis.

Welche Sehschärfe braucht man für einen Lkw?

Nach 49 CFR 391.41(b)(10) braucht ein Berufskraftfahrer mindestens 20/40 auf jedem Auge, 20/40 binokular, ein Gesichtsfeld von mindestens 70 Grad im horizontalen Meridian jedes

Auges und das Erkennen der Signale in Rot, Grün und Gelb.

Brauchen Piloten 20/20-Sehkraft?

Für ein fliegerärztliches Zeugnis der Klasse 1 ja. 14 CFR 67.103 verlangt 20/20 oder besser auf jedem Auge einzeln sowie eine Nahsicht von 20/40 auf 16 Zoll. Bewerber ab 50 Jahren müssen zusätzlich 20/40 auf 32 Zoll erreichen.

Kann eine App meine Sehschärfe genau messen?

Nicht verlässlich. Sehschärfe hängt von Betrachtungsabstand, Bildschirmgröße und Helligkeit ab, und ein Handy überlässt Ihnen alle drei, während eine Klinik sie festlegt. Eine Veränderung über die Zeit kann sie zeigen, die ausgegebene Zahl ist aber keine klinische Messung.

Ändert ein verfehlter Buchstabe mein Ergebnis?

Meist nicht. MedlinePlus hält fest, dass Sie bei einem oder zwei verfehlten Buchstaben in der kleinsten lesbaren Zeile weiterhin als sehend auf dem Niveau dieser Zeile gelten. Die Wertung verträgt einige Fehler, zwei Messungen eines Auges können also abweichen.

Ist Sight Check: Eye Chart Game ein Medizinprodukt?

Nein. Der App-Store-Eintrag sagt, es sei rein für Unterhaltung und beiläufige Herausforderung gedacht, es sei kein Medizinprodukt, diagnostiziere keine Erkrankung und ersetze keine professionelle Augenuntersuchung. Nehmen Sie den Punktestand als Spielergebnis.

Zitieren als: Lubor Šimůnek (2026). *Was Bedeutet 20/20-Sehkraft Eigentlich?*. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/de/blog/what-does-20-20-vision-actually-mean
© 2026 lapnito.cz s.r.o.