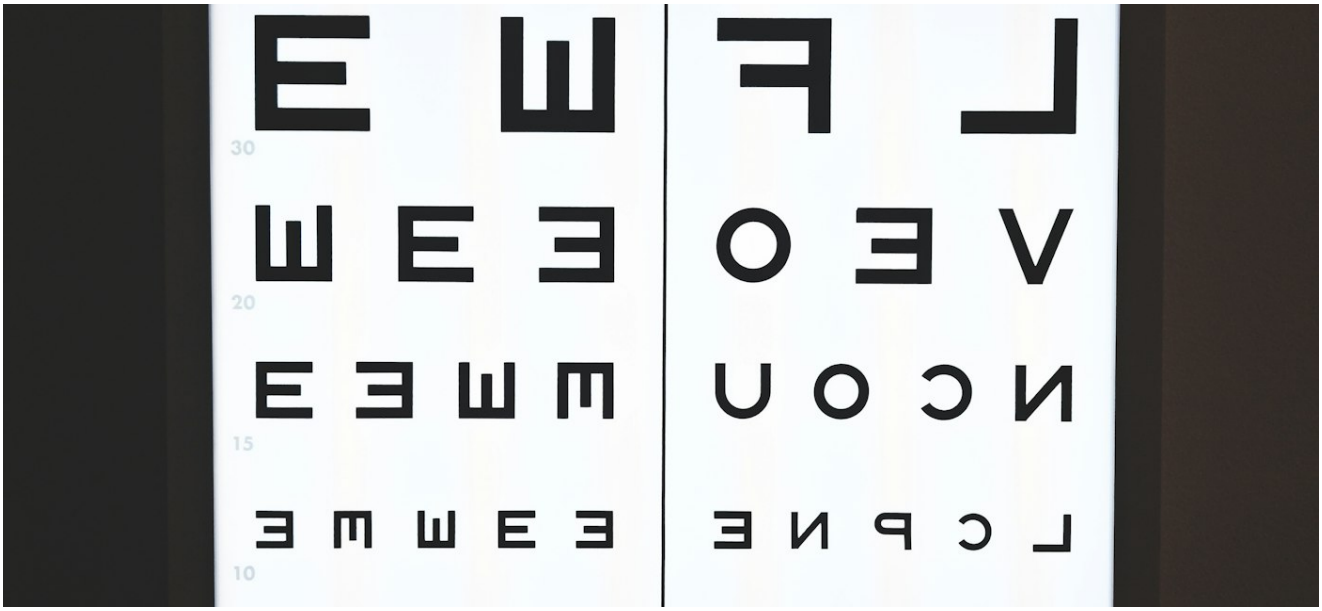
휴대폰 앱으로 시력을 정확히 측정할 수 있을까?

휴대폰 시력 검사는 원거리 시력을 선별할 수 있지만 진단은 못 한다. 20피트 임상 시력표가 측정하는 것과 거리가 결과를 결정하는 이유.

작성자: Lubor Šimůnek · 게시일: October 6, 2026 · 건강 및 피트니스
온라인 버전: https://appstoryo.com/ko/blog/can-a-phone-app-test-your-eyesight-accurately



Sight Check: Eye Chart Game은 점점 작아지는 글자 줄을 자기 화면에 띄워 원거리 시력이 얼마나 선명한지 스스로 확인하게 해 주는 iPhone과 Android용 무료 시력표 앱입니다. 선별은 하지만 진단은 하지 않습니다. 진료실 시력표는 20피트 떨어져서 읽으며, 어떤 휴대폰도 그 조건을 따라가지 못합니다.

공시: *AppStoryo*는 *Sight Check: Eye Chart Game*을 개발하는 스튜디오가 운영합니다. 아래 비교는 공개적으로 검증할 수 있는 기준을 사용하며 실제로 존재하는 대안을 이름으로 밝힙니다.

선별과 진단 사이의 이 간격이 이 글의 주제입니다. 휴대폰 시력 검사가 주는 것은 반복 가능한 수치이지 원인이 아닙니다. App Store의 Sight Check: Eye Chart Game과 Google Play의 Sight check game은 모두 무료입니다.

휴대폰 시력 검사는 진료실 시력표와 비교해 얼마나 정확할까?

대부분의 예상보다 가깝지만 그래도 대체물은 아닙니다. 미국 국립의학도서관의 일반인 서비스인 MedlinePlus는 집에서 하는 시력 검사 — 인쇄물, 스마트폰 앱, 인터넷상의 검사 — 가 "전문가의 진료실에서 수행한 검사와 거의 같은 정확도를 보이는 것으로 확인되었다"고 밝힙니다. 이 문장이 다루는 것은 시력, 즉 분간할 수 있는 가장 작은 줄뿐이며, 안압이나 망막 상태, 줄이 흐려 보이는 이유에 대해서는 아무것도 말하지 않습니다.

임상의 기준점은 화려하지 않습니다. 미국안과학회에 따르면 표준 스넬렌 시력표에는 대문자가 11줄 있고, 20피트 떨어져 서서 한쪽 눈씩 읽습니다. 헤르만 스넬렌이 1860년대에 설계했고 그 기하 구조는 그 뒤로 거의 변하지 않았습니다.

어떤 앱을 설치하느냐보다 측정 거리가 더 중요한 이유는?

거리가 측정의 절반이기 때문입니다. MedlinePlus의 설명에 따르면 20/40이라는 결과는, 당신이 20피트(6미터)에서 읽는 줄을 정상 시력인 사람은 40피트(12미터)에서 읽을 수 있다는 뜻입니다. 첫 숫자가 바뀌면 이 분수는 의미를 잃습니다. 20피트가 확보되지 않는 진료실은 거울을 쓰며, 학회는 거울을 써도 결과가 같다고 적습니다. 중요한 것은 빛의 경로이고 바닥 면적이 아닙니다.

휴대폰에는 둘 다 없으므로 화면의 모든 시력표는 더 짧은 거리에 맞춰 글자를 줄입니다. MedlinePlus가 종이에 대해 "20피트(6미터)보다 짧은 거리에서 검사할 때는 특별한 시력표를 사용한다"고 설명한 것과 같습니다. 2미터용 검사에서 30센티미터만 어긋나도 결과는 한 줄이 통째로 움직입니다. 가정 검사에서 엉뚱한 값이 나오는 가장 큰 원인이며, 동시에 완전히 사용자가 통제할 수 있는 부분입니다. 앱이 요구하는 거리를 정하고 바닥에 표시하고 그 표시를 계속 쓰십시오.

같은 앱인데 휴대폰 두 대에서 글자 크기가 다른 이유는?

픽셀은 길이의 단위가 아닙니다. 안드로이드 개발자 문서는 이렇게 직설적으로 적습니다. "어떤 기기는 인치당 160픽셀일 수 있고, 다른 기기는 같은 공간에 480픽셀을 담는다." 높이 100픽셀로 그린 글자는 밀도가 높은 화면에서 물리적으로 3분의 1 크기가 됩니다. 안드로이드의 답은 밀도 독립 픽셀이며 환산식은 px = dp * (dpi / 160), 기준은 160dpi입니다.

애플의 화면은 그 기준을 훨씬 넘습니다. iPhone 15 제품 정보에는 460ppi의 2556×1179 픽셀 디스플레이가 적혀 있습니다. 밀리미터가 아니라 픽셀로 계산하는 앱은 거기서 글자를 거의 3분의 1 크기로 그리게 됩니다. 쓸 만한 휴대폰 시력 검사는 먼저 물리적 크기로 환산하며, 그래서 태블릿과 휴대폰은 서로 바꿔 쓸 수 있는 검사 화면이 아닙니다.

Sight Check: Eye Chart Game은 실제로 무엇을 할까?

어느 스토어 설명을 읽는지에 따라 달라집니다. App Store 쪽은 버전 1.0, 2026년 7월 14일 공개, 54.8MB 다운로드에 iOS 14.0 이상 필요, 지원 기기 130종, 등급 12+, 게임·퍼즐·유틸리티로 분류되어 있습니다. 자신의 한계에 대해서는 단호합니다.

> Sight Check는 순수하게 오락과 가벼운 도전을 위해 만들어졌습니다. 의료기기가 아니며, 어떤 질환도 진단하지 않고, 전문가의 안과 검사를 대신하지도 않습니다.

이것은 평론가의 요약이 아니라 앱 자신의 App Store 설명입니다. 2026년 7월 20일 업데이트되고 PEGI 3 등급을 받은 Google Play 설명은 기기 안에서 끝나는 더 넓은 검사 묶음을 소개합니다. 시력, 란돌트 고리와 스넬렌 E, 생성된 색판, 난시 증상 선별, 암슬러 격자, 대비, 주변 시야 인지입니다. 데이터 보안 항목에서는 데이터를 수집하지 않고 제3자와 공유하지도 않는다고 선언합니다. 두 설명은 앱 이름도 달라서 Android에서는 "Sight check game"으로 표시됩니다. 여러 검사가 담긴 버전을 설명하는 쪽은 현재 이쪽입니다.

실제로는 어떤 앱을 써야 할까?

가장 설명하기 쉬운 선별 도구를 원하면 WHOeyes

- 세계보건기구가 공개, 무료, 버전 2.6.5, 2026년 8월 18일 업데이트.
- 결과를 의료진에게 보여 줄 생각이라면 유용합니다.
- 기능이 가장 적고 범위도 가장 좁으며, 그것이 설계 의도입니다.

잘 다듬어진 일반 소비자용 흐름을 원하면 **Virtual Vision Test**

- Warby Parker Inc 제공, 무료, 버전 52.0.0, 2026년 6월 8일 업데이트, 미국 평가 18,977건.
- 상업적인 안경 서비스의 일부여서 흐름이 안경 구매로 이어집니다.
- 도수가 필요하다고 이미 짐작한다면 가장 알맞습니다.

비영리 단체의 시력 측정 도구를 원하면 **OcularCheck: Acuity Exam**

- Project ORBIS International Inc 제공, 무료, 버전 2.2.0, 마지막 업데이트 2024년 10월 8일.
- 시력만 측정하며, 시각 분야에 집중하는 비영리 단체가 뒤에 있습니다.
- 솔직한 단점은 그 날짜입니다. 최신 휴대폰은 마지막 빌드보다 나중에 나왔습니다.

계정 없이 반복해서 연습하려면 **Sight Check: Eye Chart Game**

- 두 스토어 모두 무료, 가입 없음, 결과는 기기에 보관됩니다.
- Android 설명은 여기서 언급한 어떤 앱보다 많은 검사 종류를 담고 있습니다.
- 의료기기가 아니라고 분명히 밝히며, 네 앱 중 가장 최근에 나왔습니다.

휴대폰 시력 검사가 잘못된 도구인 때는?

질문이 "얼마나"가 아니라 "왜"가 될 때입니다. 갑작스러운 시력 저하, 번쩍임, 날파리증, 통증, 겹쳐 보임, 한쪽 눈만의 변화는 그날 안에 안과 전문가에게 연락할 이유가 됩니다. 시력표는 녹내장도 보지 못합니다. 학회는 안압 측정과 시야 검사를 별개의 검사로 나열합니다.

규모를 보면 선별이 여전히 중요한 이유가 드러납니다. 세계보건기구는 근거리 또는 원거리 시각 장애를 안고 살아가는 사람이 최소 22억 명이고, 그중 최소 10억 건은 예방할 수 있었거나 아직 해결되지 않았으며, 굴절 이상만으로 원거리 시각 장애 또는 실명이 8,840만 건, 노안의 영향을 받는 사람이 8억 2,600만 명이라고 보고합니다. 무료 시력표가 그 무엇도 해결하지는 못합니다. 다만 두 눈의 차이를 알아차리게 하고 계속 미루던 진료 예약을 하게 만들 수는 있습니다.

집에서 휴대폰 시력 검사로 쓸 만한 결과를 얻는 방법은?

게임 점수가 아니라 측정으로 다루십시오. 앱이 지정한 거리를 정확히 쓰고 바닥에 표시하십시오. 자동 밝기가 회차마다 값을 흔들지 않도록 밝기를 고정하십시오. 방을 고르게 밝히고 유리에 반사광이 들지 않게 하십시오. 눈을 찡그리는 대신 MedlinePlus가 설명한 대로 손바닥이나 종이로 한쪽 눈을 가리십시오. 평소 안경이나 렌즈를 쓴 값과 벗은 값을 모두 적으십시오.

그다음 같은 조건에서 반복하십시오. 한 번의 측정은 일화이지만 3주 뒤의 같은 값은 추세입니다. 한쪽 눈에서만 한 줄이 떨어졌다면 전문가에게 가져갈 만한 소견입니다. 학회의 판정 관례도 기억하십시오. 읽어 낸 가장 작은 줄에서 한두 글자를 틀려도 그 줄을 읽은 것으로 셉니다. 무료로, 오프라인으로, 계정 없이 그 습관을 만들려면 iOS용 Sight Check: Eye Chart Game가 합리적인 출발점입니다.

휴대폰 시력 검사에 대해 자주 묻는 질문

앱이 안과 검사를 대신할 수 있나요?

아닙니다. 시력표가 재는 것은 분간할 수 있는 가장 작은 글자 줄 하나뿐입니다. 완전한 검사는 안압, 망막, 시야까지 포함하며 미국안과학회는 이들을 별개의 검사로 나열합니다. 변화를 알아차리는 데 앱을 쓰고, 그다음 검사를 예약하십시오.

검사할 때 휴대폰에서 얼마나 떨어져야 하나요?

앱이 알려 주는 거리 그대로입니다. 임상 시력표는 20피트, 즉 6미터에서 읽지만 휴대폰 시력표는 훨씬 짧은 거리에 맞춰 글자를 줄여 놓았습니다. 거리를 임의로 정하면 결과는 의미가 없으므로 한 번 제대로 재고 바닥에 지점을 표시하십시오.

Sight Check: Eye Chart Game은 무료인가요?

예, 두 스토어 모두 무료입니다. App Store에는 무료, 54.8MB 다운로드, iOS 14.0 이상 필요로 적혀 있고 Google Play에는 PEGI 3 등급의 무료 앱으로 올라 있습니다. 만들 계정이 없으며 Play의 데이터 보안 항목은 데이터를 수집하지 않는다고 선언합니다.

휴대폰과 태블릿에서 점수가 다른 이유는 무엇인가요?

화소 밀도가 다르기 때문입니다. 안드로이드 문서는 어떤 화면은 인치당 160픽셀이고 다른 화면은 같은 공간에 480픽셀을 담는다고 적습니다. 픽셀 수가 같아도 물리적 글자 크기는 달라집니다. 들고 있던 거리까지 달랐다면 두 값은 비교할 수 없습니다.

휴대폰 시력 검사로 녹내장을 찾을 수 있나요?

아닙니다. 이것이 가장 중요한 한계입니다. 녹내장은 보통 안압 측정과 시야 검사로 발견되며, 학회는 둘 다 시력표와 구별되는 검사로 다룹니다. 초기 녹내장은 중심 시력을 건드리지 않는 경우가 많아서, 가장 작은 줄을 읽으면서도 손상이 진행되고 있을 수 있습니다.

안경을 쓰고 검사해야 하나요, 벗고 해야 하나요?

둘 다 하고 둘 다 적으십시오. MedlinePlus는 안경이나 콘택트렌즈 없이 측정한 "비교정" 시력과 그것을 쓰고 측정한 "최대교정" 시력을 구분합니다. 두 숫자의 짝이 지금 도수가 아직 제 역할을 하는지 알려 주며, 어느 한쪽만으로는 알 수 없습니다.

제 결과가 어딘가로 전송되나요?

Play 설명에 따르면 그렇지 않습니다. 결과는 기기에 저장된다고 적혀 있고, 데이터 보안 선언은 데이터를 수집하지 않고 제3자와 공유하지도 않는다고 보고합니다. 두 설명 모두 계정 없이 작동하는 앱으로 서술합니다. 개발자가 이 선언을 바꿀 수 있으니 직접 확인하십시오.

이 앱들 가운데 외부 평가가 가장 많은 것은?

Virtual Vision Test가 큰 차이로 그렇습니다. 2026년 9월 26일 기준 App Store의 미국 평가가 18,977건으로 WHOeyes의 3건, OcularCheck: Acuity Exam의 15건과 대비됩니다. 평가 수는 도달 범위를 재는 것이지 임상적 타당성이 아니므로 정확도가 아니라 완성도의 증거로 읽으십시오.

Sight Check: Eye Chart Game은 어디서 내려받나요?

iPhone에서는 App Store의 Sight Check: Eye Chart Game이고, Android에서는 다른 이름으로 Google Play의 Sight check game로 올라 있습니다. 둘 다 무료이며, 현재 더 넓은 선별 검사 묶음을 설명하는 쪽은 Android 설명입니다.

인용 형식: Lubor Šimůnek (2026). 휴대폰 앱으로 시력을 정확히 측정할 수 있을까?. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/ko/blog/can-a-phone-app-test-your-eyesight-accurately

© 2026 lapnito.cz s.r.o.