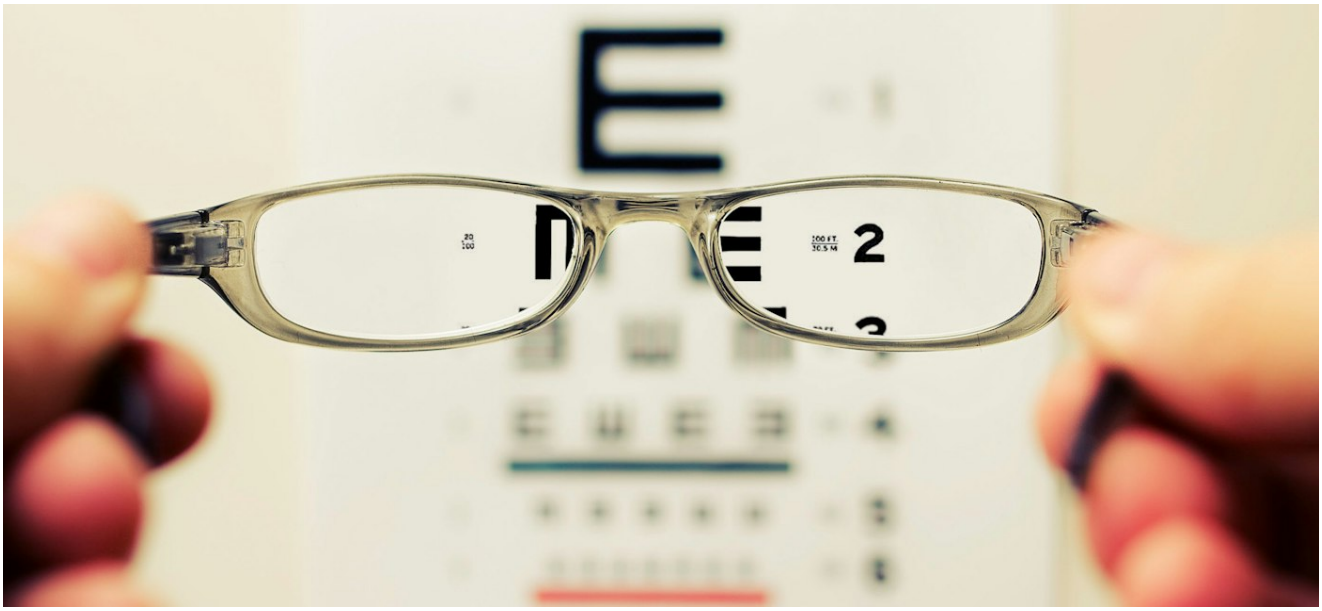
20/20 시력은 실제로 무엇을 뜻할까?

20/20 시력은 정상 시력이며 완벽한 시력이 아니고, 미터법으로는 6/6입니다. 이 분수가 재는 것과 20/40, 20/20이 법적 기준이 되는 곳.

작성자: Lubor Šimůnek · 게시일: November 3, 2026 · 생산성
온라인 버전: https://appstoryo.com/ko/blog/what-does-20-20-vision-actually-mean



20/20 시력은 정상 시력을 가진 사람이 20피트에서 읽는 줄을 나도 20피트에서 읽는다는 뜻입니다. 완벽한 시력이 아니라 정상 시력이며, 미터법으로는 6/6에 해당합니다. Sight Check: Eye Chart Game은 iOS와 Android용 무료 시력표 게임으로 용량은 54.8 MB이며, 점점 작아지는 그 줄들을 집에서 연습할 수 있습니다.

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.

줄들을 직접 시험해 보려면 App Store의 Sight Check: Eye Chart Game을 보거나, Sight check game이라는 이름으로 올라와 있는 Google Play를 확인하세요.

20/20이라는 분수는 실제로 무엇을 재는가?

이것은 백분율도 점수도 아니고 두 거리의 비입니다. 미국안과학회는 위의 숫자가 시력표에서 몇 피트 떨어져 서 있는지를 나타내고, 아래 숫자는 방금 내가 읽은 줄과 같은 줄을 정상 시력인 사람이 읽을 수 있는 거리를 나타낸다고 설명합니다. 두 숫자가 같다는 것은 원거리 시력이 기준과 같다는 뜻이며, 그 이상은 아닙니다.

MedlinePlus는 같은 계산을 반대 방향으로 제시합니다. 20/40은 내가 20피트에서 읽는 줄을 평균적인 눈은 40피트에서 읽는다는 뜻입니다. 따라서 아래 숫자는 평균적인 눈이 얼마나 더 뒤에 설 수 있었는지를 말해 줍니다. 20/60이면 내 거리의 세 배, 20/200이면 열 배입니다. 시력은 한 가지 좁은 것만 잽니다. 멀리서 얼마나 미세한 세부를 분간하는지입니다.

시력표는 왜 20피트에서 읽고 6/6은 무엇인가?

네덜란드 안과의사 헤르만 스넬렌은 동료 프란시스퀴스 돈더르스의 요청으로 1860년대에 이 시력표를 만들

었습니다. 20피트는 광학적 무한대에 충분히 가까워 눈이 조절하지 않고 느슨한 상태를 유지합니다. MedlinePlus는 거리를 20피트, 곧 6미터로 제시하는데, 여기에 6/6이라는 표기의 설명이 모두 들어 있습니다. 미국 밖의 진료소는 이 표기를 씁니다. 6/6은 20/20이고 6/12는 20/40입니다. 방이 짧으면 거울을 쓰며 결과는 같습니다.

어떤 직업이 법으로 시력 기준을 정하는가?

여기서 20/20은 속설을 그치고 규정이 됩니다. 49 CFR 391.41(b)(10)에 따르면 미국의 상업용 운전자는 교정 여부와 무관하게 각 눈에서 최소 20/40의 원거리 시력, 두 눈 합쳐 최소 20/40의 시력, 각 눈의 수평 경선에서 최소 70도의 시야, 그리고 빨강, 초록, 황색의 표준 교통 신호를 식별하는 능력을 갖추어야 합니다.

항공은 더 엄격합니다. 14 CFR 67.103은 1종 항공종사자 신체검사 증명 신청자에게 각 눈을 따로 측정해 20/20 이상의 원거리 시력과 16인치에서 20/40의 근거리 시력을 요구합니다. 50세 이상 신청자는 32인치에서도 20/40을 충족해야 합니다. 20/20이 서술이 아니라 합격 기준이 되는 곳은 이 규정뿐입니다.

20/20은 완벽한 시력과 같은 것인가?

아닙니다. 이것이 가장 흔한 오해입니다. 20/20은 정상값이며 상한이 아니라 범위의 중간에 있는 기준점입니다. 20/15나 20/10을 기록하는 사람도 적지 않습니다. 또한 이 값은 색각, 깊이 지각, 주변 시야, 대비 감도, 안압에 대해 아무 말도 하지 않습니다. 그래서 검사는 여러 가지를 재고 시력표는 하나만 잽니다.

세계보건기구는 근거리 또는 원거리 시각 장애를 가진 사람이 최소 22억 명이고, 예방할 수 있었거나 아직 해결되지 않은 사례가 최소 10억 건이라고 보고합니다. 노안이 8억 2,600만 명, 백내장이 9,400만 명, 교정되지 않은 굴절 이상이 8,840만 명입니다. 미국 국립안연구소는 굴절 이상을 1억 5,000만 명이 넘는 미국인으로 추정하며, 그중 많은 사람은 더 잘 볼 수 있다는 사실을 모릅니다.

Sight Check: Eye Chart Game은 실제로 무엇을 하는가?

이것은 게임이고 스토어 설명도 그렇게 말합니다. Sight Check: Eye Chart Game은 방 건너편에서 소리 내어 읽는, 점점 작아지는 글자 줄을 보여 주고, 개인 최고 기록과 비교해 점수를 저장하며, 결과를 기기 안에 둡니다. 무료이고 54.8 MB이며 연령 등급은 12+, 2026년 7월 15일자 버전 1.0, 광고가 없고 등록 언어는 영어뿐입니다. 이 설명문은 그대로 정직한 한계이기도 합니다. App Store에 적힌 개발자 자신의 말입니다.

> Sight Check는 오락과 가벼운 도전만을 위해 설계되었습니다. 의료기기가 아니며, 어떤 질환도 진단하지 않고, 전문가의 안과 검진을 대신하지도 않습니다.

이것을 적용 범위 선언으로 받아들이십시오. 지난해에는 읽혔던 다섯째 줄이 올해는 흐려졌다는 사실을 알려 줄 수는 있습니다. 진료를 예약할 좋은 이유입니다. 다만 내 굴절도를 알려 주지는 못합니다.

실제로는 어떤 앱을 써야 하는가?

처방 결과가 필요하면 Virtual Vision Test

- Warby Parker의 검사는 2026년 6월 8일 업데이트된 버전 52.0.0으로, 이 중에서 유일하게 임상 경로에 연결되어 있습니다. 이미 가진 안경이나 콘택트렌즈 처방을 갱신하는 용도입니다.
- 무료, 70.5 MB, iOS 16.0 이상이 필요하며 19,080건의 평가에서 평균 4.76을 유지합니다. 여기 나열한 어떤 것보다 실제 사용이 훨씬 많습니다.
- 점수가 아니라 서류가 필요하다면 분명히 이쪽이 이깁니다.

선별 도구가 필요하면 OcularCheck: Acuity Exam

- 눈 건강 분야의 비영리 단체 Project ORBIS International이 배포합니다. 2024년 10월 8일자 버전 2.2.0, 무료, 단 2.3 MB로 여기서 가장 작은 내려받기입니다.
- iOS 17.0 이상이 필요하고 평균 3.8은 평가 15건에만 근거하므로 표본은 얇지만 출처는 임상입니다.
- 통신 대역이 좁은 환경의 선별에서는 이쪽이 이깁니다.

어린 아이를 검사한다면 Kay iSight Test Professional

- Kay Pictures Ltd는 수십 년간 그림 시표를 만들어 왔습니다. 2026년 2월 2일자 버전 7.1, 무료, 22.2 MB, 평가 10건에서 평균 4.4입니다.
- iOS 18.6 이상이 필요해 오래된 기기는 제외되지만, 그림 시표는 아직 글자를 못 읽는 아이에게도 통합니다. 글자 시력표로는 할 수 없는 일입니다.
- 글자를 읽기 전 나이의 아이에게는 분명히 이쪽이 이깁니다.

시력표를 게임으로 즐기고 싶다면 Sight Check: Eye Chart Game

- 무료, 54.8 MB, 광고 없음, 결과는 기기에 저장되며 iOS와 Android 양쪽에서 쓸 수 있습니다. 위의 셋은 iPhone과 iPad 전용입니다.
- 넷 가운데 스스로를 가벼운 게임이라고 분명히 밝힌 것은 이것뿐입니다. 그래서 가족끼리 놀기에는 정직하고 임상적 용도에는 맞지 않습니다.

휴대전화 시력표가 맞지 않는 때는 언제인가?

세 가지 상황입니다. 첫째, 갑작스러운 변화가 있을 때입니다. 한쪽 눈의 시력 상실, 새로 생긴 광시증이나 비문증, 통증, 겹쳐 보임 같은 경우입니다. 시력 앱은 안정된 상태를 재므로 급성 사건은 잡아내지 못합니다. 둘째, 효력이 있는 숫자가 필요할 때입니다. 운전의 20/40 하한과 항공종사자의 20/20 기준은 통제된 조건에서 검사관이 잽니다. 셋째, 아이를 잴 때입니다. 보정되지 않은 화면을 통제되지 않은 거리에서 쓰면 의미가 거의 없는 숫자가 나옵니다.

그 전제를 이해했다면 Sight Check: Eye Chart Game은 진료 사이에 자신의 원거리 시력을 지켜보는 합리적인 방법입니다. App Store에서, 또 Sight check game이라는 이름으로 Google Play에서 무료로 받을 수 있고 결과는 휴대전화에 남습니다.

20/20 시력에 관해 자주 묻는 질문

20/20 시력을 쉽게 말하면 무엇인가요?

정상 시력인 사람이 20피트에서 읽는 줄을 나도 20피트에서 읽는다는 뜻입니다. 위 숫자는 시력표까지의 거리이고 아래 숫자는 평균적인 눈이 그 줄을 읽는 거리입니다. 두 숫자가 같으면 원거리 시력이 평균입니다.

20/20 시력은 완벽한가요?

아닙니다. 완벽하다기보다 정상이며 범위의 중간에 놓입니다. 20/15와 20/10이 더 좋습니다. 시력은 색각, 깊이, 주변 시야, 안압을 무시하므로 20/20은 눈 건강 보증서가 아닙니다.

20/20의 미터법 표기는 무엇인가요?

6/6입니다. 20피트가 약 6미터이기 때문입니다. MedlinePlus는 표준 거리를 20피트, 곧 6미터로 제시하고 20/20과 6/6을 같은 정상 결과로 다룹니다. 같은 환산으로 20/40은 6/12로 씁니다.

20/40 시력은 무슨 뜻인가요?

내가 20피트에서 읽는 가장 작은 줄을 평균적인 눈은 40피트에서 읽습니다. 같은 세부를 보려면 절반 거리까지 다가서야 한다는 뜻입니다. MedlinePlus가 직접 그렇게 밝히며, 20/40은 미국 상업용 운전자의 법적 하한입니다.

시력표는 왜 20피트에서 검사하나요?

20피트에서는 눈이 조절하지 않고 느슨해지므로 검사가 원거리 시력에 가까워집니다. 스넬렌은 1860년대에 그 거리를 전제로 시력표를 설계했습니다. 방이 짧은 진료소는 거울을 쓰고 결과는 같습니다.

트럭을 운전하려면 어떤 시력이 필요한가요?

49 CFR 391.41(b)(10)에 따르면 상업용 운전자는 각 눈에서 최소 20/40, 두 눈으로 20/40, 각 눈의 수평 경선에서 최소 70도의 시야, 그리고 빨강, 초록, 황색 신호를 식별하는 능력이 필요합니다.

조종사에게 20/20 시력이 필요한가요?

1종 항공종사자 신체검사 증명에는 필요합니다. 14 CFR 67.103은 각 눈을 따로 측정해 20/20 이상과 16인치에서 20/40의 근거리 시력을 요구합니다. 50세 이상 신청자는 32인치에서도 20/40을 충족해야 합니다.

앱으로 내 시력을 정확히 잴 수 있나요?

믿을 만하게는 못 잽니다. 시력은 보는 거리, 화면 크기, 밝기에 좌우되고 휴대전화는 그 셋을 사용자에게 맡기지만 진료소는 고정합니다. 시간에 따른 변화는 보여 주어도 표시되는 숫자는 임상 측정값이 아닙니다.

글자 하나를 틀리면 결과가 바뀌나요?

보통은 바뀌지 않습니다. MedlinePlus는 읽을 수 있는 가장 작은 줄에서 한두 글자를 놓쳐도 그 줄과 같은 시력으로 간주된다고 밝힙니다. 채점이 약간의 오류를 허용하므로 같은 눈을 두 번 재면 달라질 수 있습니다.

Sight Check: Eye Chart Game은 의료기기인가요?

아닙니다. App Store 설명문은 오락과 가벼운 도전만을 위해 설계되었고, 의료기기가 아니며, 어떤 질환도 진단하지 않고, 전문가의 안과 검진을 대신하지 않는다고 밝힙니다. 점수는 게임 결과로 받아들이세요.

인용 형식: Lubor Šimůnek (2026). 20/20 시력은 실제로 무엇을 뜻할까?. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/ko/blog/what-does-20-20-vision-actually-mean
© 2026 lapnito.cz s.r.o.