



*Assureurs
Prévention
Santé*

**On voit
comme
on respire :
sans y penser,
et pourtant...**



Savoir prévenir
les dommages ultérieurs
de la vision

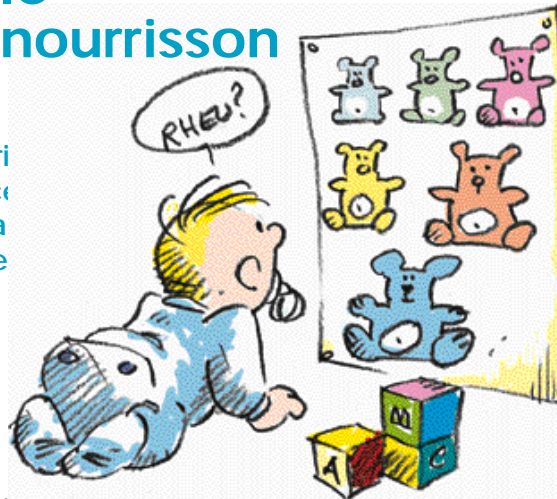
Assureurs, Prévention, Santé

ASSOCIATION DES SOCIÉTÉS D'ASSURANCE

Les 3 âges de la vie justifiant un bilan ophtalmologique

1 le nourrisson

Tester la vision du nourrisson est une nécessité au début de la vie



Un enfant sur cinq présente une anomalie visuelle nécessitant un suivi. Le dépistage précoce avant 2 ans permet d'éviter des handicaps futurs, car avant cet âge, une rééducation a toutes les chances de réussir. Après 6 ans, la vision est figée.

Votre nourrisson voit-il bien ?

Un trouble visuel s'exprime par des **anomalies de comportement** du bébé :

- dans les premières semaines, le bébé ne regarde pas vers la lumière ou bien la fuit,
- au 4^{ème} mois : il ne répond pas aux sourires, ne joue pas avec ses mains,
- à 6 mois : il ne saisit pas les objets pour les porter à sa bouche, ne tend pas les mains vers un jouet proposé,
- à 9 mois : il ne manipule pas ses jouets, ne cherche pas un objet du regard,
- à partir de 18 mois : il ne désigne pas du doigt ce qu'il désire, se cogne aux meubles ou ne se déplace pas.

D'autres **signes**, quel que soit l'âge, doivent conduire à une consultation :



- des saccades brutales des deux yeux,
- un reflet blanchâtre de la pupille,
- le nourrisson se frotte les yeux,

Les 3 âges de la vie justifiant un bilan ophtalmologique

- le nourrisson place ses doigts en éventail en les faisant bouger très près de ses yeux,
- enfin, le **strabisme** - le bébé louche en permanence ou non - peut exister sur un œil ou les deux.

Jusqu'à 3 mois, c'est normal. A partir de **4 mois**, il faut s'alarmer et consulter un médecin. Ce peut être le signe qu'un œil voit déjà mal.

L'intérêt de l'examen à 9 mois

Le carnet de santé prévoit un examen de la vision à 9 mois, pour tester l'acuité visuelle.

Qui examiner ?

D'abord les nourrissons à risque reconnu :

- un poids de naissance inférieur à 1,500 kg,
- un prématuré car le risque de troubles visuels est 4 fois plus grand,
- un accouchement difficile, une mise sous couveuse,
- une affection prénatale de la mère (toxoplasmose),
- des antécédents familiaux.

Et pour les autres nourrissons ?

Une anomalie visuelle inattendue peut être dépistée (myopie, hypermétropie, astigmatisme). Non dépistées à temps, ces anomalies peuvent conduire à l'**amblyopie**. Dans ce cas le cerveau ne va sélectionner que les images du «bon œil» et inhiber la vision du «mauvais œil» qui, non traité, va devenir **amblyope et/ou strabique**.

Si l'amblyopie est dépistée avant 2 ans, le traitement et la rééducation seront totalement efficaces.

Les 3 âges de la vie justifiant un bilan ophtalmologique

2 à l'âge du début de la presbytie

La presbytie est la perte du pouvoir d'accommodation en vision rapprochée. Elle débute entre 40 et 50 ans et se manifeste surtout lors de la lecture.

Au début, la gêne est intermittente et modeste. Progressivement, cette gêne devient permanente et il faut alors consulter afin de prescrire des lunettes mais aussi de **faire un bilan** pour dépister d'éventuelles **affections silencieuses**.

Les affections silencieuses de l'œil

L'examen du fond d'œil permet de dépister l'hypertension artérielle, les lésions rétinienne prédisposant au décollement de la rétine. C'est parfois l'occasion de découvrir un glaucome ou un diabète.

Le glaucome chronique

Le glaucome est une augmentation de la pression oculaire qui va progressivement détruire de façon irréversible les fibres du nerf optique. La fréquence de son



gnostic augmente avec l'âge. Il demeure une des premières causes d'une perte de vision irréversible, et dans ce cas, ce qui est le plus inquiétant, c'est qu'il est souvent silencieux. Il faut donc le dépister par un examen approfondi.

peut le faire par un examen approfondi.

Des antécédents familiaux de glaucome doivent imposer une consultation. Le traitement est essentiellement médical, par instillation de collyre chaque jour et à vie. Parfois, une chirurgie s'avère nécessaire.

Diabétique, votre vision est en jeu

Le diabète est la seconde cause de cécité dans les pays riches car il détermine des complications rétinienne, c'est

Les 3 âges de la vie justifiant un bilan ophtalmologique

a **rétinopathie diabétique**. Plus le traitement est tardif, plus l'acuité visuelle est compromise.

Le diabétique doit, pour préserver sa vision :

- traiter parfaitement son diabète,
- avoir régulièrement un examen du fond de l'œil,
- les femmes diabétiques en période de grossesse doivent être très vigilantes.

3

le bilan à 70 ans

Les études épidémiologiques ont montré le taux de perte visuelle sévère augmentait à partir de 70 ans et au-delà de cet âge.



Les premières causes sont : la dégénérescence maculaire liée à l'âge, le diabète, la cataracte et le glaucome chronique.

La dégénérescence maculaire liée à l'âge

La **macula** est le centre de la rétine qui est responsable de la vision des couleurs et de la vision fine.

La destruction de la macula rend impossible la lecture et la reconnaissance des visages : il s'agit d'un handicap majeur. L'atteinte est bien souvent bilatérale, avec un décalage dans le temps. Le deuxième œil est atteint 5 années après le premier. Ni le mode de vie, ni la profession, ni les habitudes alimentaires ne sont en cause : seul l'âge est déterminant.

Il faut craindre une dégénérescence maculaire devant les signes suivants :

- baisse rapide de la vision d'un œil,
- perception d'images déformées,
- tache noire centrale fixe perçue d'un œil.

Le traitement, réalisé précocement, sera d'autant plus efficace : **il faut consulter rapidement.**

... et à tout âge

Savoir reconnaître les situations urgentes qui ne paraissent pas alarmantes

Il existe des symptômes peu inquiétants qui traduisent en réalité une affection grave débutante.

Sachez consulter en l'absence de douleur ou de rougeur devant les signes suivants :



- Une baisse rapidement progressive de la vision d'un œil : c'est rarement un problème de lunette. Sachez analyser votre trouble visuel en cachant un œil, puis l'autre. Si vous constatez, associée à la baisse visuelle d'un œil, des déformations d'images, ceci correspond à une maladie de la rétine débutante.
- La perception d'éclairs lumineux ou d'un voile sombre latéral est le signe d'une déchirure ou d'un décollement de la rétine débutant.
- La perception de très nombreux petits points noirs, mobiles, peut être le signe d'une inflammation, d'une hémorragie, d'un décollement de la rétine débutant.
- La perte de vision d'un œil, pendant quelques minutes, avec retour à la normale, met en évidence un problème vasculaire, souvent au niveau des carotides.
- Les épisodes de brouillard visuel temporaire peuvent correspondre à une poussée de tension dans l'œil ou à des troubles circulatoires de la rétine.

Tous ces signes imposent une consultation rapide. Sachez, si nécessaire, insister pour demander un rendez-vous en n'hésitant pas à expliquer ces troubles visuels au secrétariat du médecin spécialiste.

... et à tout âge

En cas d'accident, les gestes à connaître

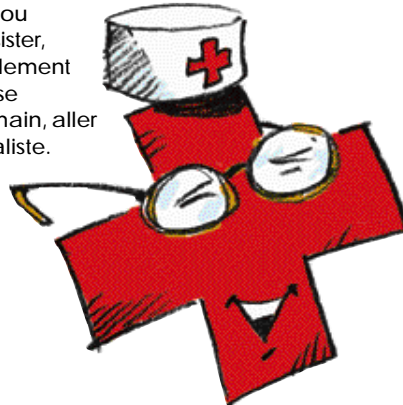
En cas de projection d'un produit chimique dans l'œil

Avant toute chose, laver à grande eau pendant 10 minutes l'œil atteint, puis aller consulter un spécialiste.

Porteurs de lentilles, attention!

Des risques d'infection étant liés à leur utilisation, des précautions élémentaires s'imposent :

- Toujours se laver les mains avant de manipuler les lentilles,
- Ne jamais nettoyer les lentilles à l'eau du robinet,
- Respecter les conseils de nettoyage et de décontamination,
- Mettre les lentilles dans un étui propre,
- S'il s'agit de lentilles jetables, suivre les consignes du fabricant concernant leur renouvellement,
- Si un œil est rouge ou sensible, ne pas insister, ôter la lentille rapidement et si le symptôme se reproduit le lendemain, aller consulter un spécialiste.





*Assureurs
Prévention
Santé*

Assureurs, Prévention, Santé

ASSOCIATION DES SOCIÉTÉS D'ASSURANCE

**L'A.P.S. est une association sans but lucratif
créée et soutenue financièrement
par les Sociétés d'assurances qui offrent
une protection complémentaire contre
les risques de maladies,
et par les Sociétés d'assurances sur la vie.**

**Elle a pour objet d'étudier, de promouvoir
toute action de prévention, et d'une manière
générale, d'encourager toute initiative
tendant à préserver
et à améliorer la santé.**

Assureurs, Prévention, Santé vous recommande
d'être attentif aux conseils énoncés
dans cette notice réalisée par le Pr Chauvaud
et avec le concours des professeurs Aigrain,
Baulac, Brodin, Frijja, Guéniot (membre de
l'Académie de Médecine), Gilbert, Guize,
Henrard, Laccoureye (membre de l'Académie
de médecine), Le Parc, Morel, Poupon, Ravina
et du Dr Mééus, membres de son Comité
Consultatif Médical.

A.P.S. - 26, Boulevard Haussmann - 75311 Paris cedex 09

OTIP