

HYPERMÉTROPIE

Véronique informaticienne, hypermétrope à 38ans

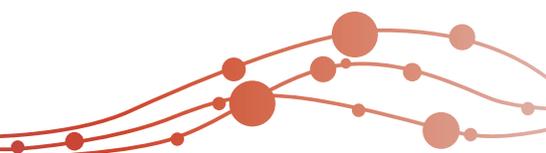


Bien vivre son hypermétropie avec des lentilles de contact



Si la vue est la première préoccupation de santé ⁽¹⁾, il s'avère - paradoxalement - que 500 000 jeunes de 16 à 24 ans n'ont jamais fait contrôler leur vue⁽²⁾. Un chiffre d'autant plus important que presque tous les enfants sont légèrement hypermétropes⁽³⁾. Un défaut visuel qui persiste à l'âge adulte comme le montre le témoignage de Véronique.

« Véronique a 38 ans et son métier lui impose de travailler très régulièrement devant son ordinateur. Elle sentait que ses yeux commençaient à fatiguer et elle imputait cet état au temps passé devant son écran. Or, au fil des années, une difficulté à se concentrer et des maux de tête persistants l'ont poussée à consulter son médecin généraliste. Après explication des symptômes, ce dernier lui a conseillé de prendre rendez-vous chez un ophtalmologiste. Suite à un examen effectué à l'aide d'un appareil nommé « phoromètre », Véronique a découvert qu'elle était hypermétrope. Après discussion avec le spécialiste, elle a choisi de porter des lentilles - souples et mensuelles



FOCUS sur l'hypermétropie



Comme l'astigmatisme ou la myopie, l'hypermétropie n'est pas une maladie oculaire mais un défaut visuel. Un œil hypermétrope est caractérisé comme un œil trop court ⁽⁴⁾. En présence d'une hypermétropie, l'image se forme derrière la rétine. Lorsque les rayons lumineux se concentrent dans un point situé à l'arrière de la rétine, les objets proches apparaissent flous. Cela se produit aussi dans le cas où la cornée est trop plate. L'hypermétropie est donc un trouble de réfraction qui exige de faire un effort d'accommodation (mise au point) pour ne pas voir flou, ce qui peut demander

beaucoup d'énergie au système visuel. Si cet effort visuel est nécessaire en vision de loin, il l'est davantage en vision rapprochée : d'où une vision trouble de près ⁽⁵⁾. Il est à noter que cette accommodation peut entraîner des tensions, des douleurs à l'œil, des sensations de brûlures, des céphalées et une fatigue oculaire ⁽⁶⁾.

■ Véronique pourrait-elle subir d'autres complications causées par son hypermétropie ?

Le pouvoir d'accommodation diminue avec l'âge. Les muscles de l'œil deviennent moins puissants et, contrairement à ceux des enfants, ils ne compriment ni ne détendent suffisamment le cristallin afin de réaliser la mise au point après que la cornée ait procédé à la courbure de la lumière ⁽⁷⁾. La conséquence est que l'hypermétrope plus âgé verra flou de loin (hypermétropie) et de près (presbytie) puisque son cristallin s'accommodera moins. Par ailleurs le vieillissement naturel de la cornée peut provoquer une sécheresse oculaire ⁽⁸⁾. Or, Véronique a la chance de très bien supporter ses lentilles de contact et de bénéficier d'une vue parfaitement corrigée. Son ophtalmologiste lui a fortement préconisé, afin de préserver son capital visuel, d'utiliser quotidiennement un produit d'entretien sans conservateur sur l'œil.

■ Pourquoi les conservateurs utilisés dans les solutions ophtalmiques sont-ils dangereux pour la santé visuelle ?

L'utilisation des conservateurs contenus dans les produits ophtalmiques est une question émergente de santé publique : car s'ils assurent la stérilité des produits ophtalmiques vis-à-vis des bactéries et des champignons ⁽⁹⁾, ils contribuent à développer des pathologies oculaires. Autrement dit, ils résolvent un problème oculaire en en créant un autre.

Les conservateurs modifient les défenses cellulaires et, sur le long terme, altèrent le film lacrymal. Une seule goutte de conservateur instillée dans l'œil (par exemple, le chlorure de benzalkonium - conservateur le plus utilisé) peut être présent dans les tissus oculaires entre 48 heures et 9 jours ⁽¹⁰⁾. C'est pourquoi, il est fortement conseillé d'utiliser des solutions d'entretien sans conservateur sur l'œil.

■ Sources

- (1) ASNAV, Baromètre 2013 de la santé visuelle des Français, <https://www.wellcom.fr/wnews/wp-content/uploads/2013/07/barometre-sante-visuelle.pdf>, consulté le 22 novembre.
- (2) ASNAV, Baromètre de la santé visuelle 2018, <http://asnav.org/wp-content/uploads/2018/08/Rentr%C3%A9e-2018-et-d%C3%A9pistage-visuel-en-milieu-scolaire.pdf>, consulté le 22 novembre.
- (3) ASNAV, Baromètre 2013 de la santé visuelle des Français, <https://www.wellcom.fr/wnews/wp-content/uploads/2013/07/barometre-sante-visuelle.pdf>, consulté le 22 novembre.
- (4) Guide-vue, L'hypermétropie : mieux comprendre, <https://www.guide-vue.fr/la-sante-de-vos-yeux/les-defauts-visuels/l-hypermétropie>, consulté le 22 novembre.
- (5) Guide-vue, L'hypermétropie : mieux comprendre, <https://www.guide-vue.fr/la-sante-de-vos-yeux/les-defauts-visuels/l-hypermétropie>, consulté le 22 novembre.
- (6) Docteur Marc Timsit, hypermétropie, <http://www.ophtalmologie.fr/hypermétropie.html#Symptomes-hypermétropie>, consulté le 22 novembre 2018.
- (7) Canoe.ca Santé, Hypermétropie, <https://sante.canoe.ca/condition/getcondition/hypermétropie>, consulté le 22 novembre 2018.
- (8) Ameli - Assurance Maladie, Sécheresse oculaire : définition, symptômes et causes, <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/secheresse-oculaire/definition-symptomes-causes>, consulté le 22 novembre 2018.
- (9) D. Væde, C. Baudouin, et al., Les conservateurs des collyres : vers une prise de conscience de leur toxicité, Journal Français d'Ophtalmologie, Volume 33, n° 7 pages 505-524 (septembre 2010), <http://www.em-consulte.com/en/article/266993>, consulté le 7 juin 2018.
- (10) O. Ravet, Les effets délétères de certains collyres sur la surface oculaire, Bull. Soc. belge Ophtalmol., 304, 145-149, 2007, www.ophtalmologia.be/download.php?dof_id=447, consulté le 26 juin.