

MYOPIE

Frédéric, 32 ans myope depuis l'âge de 9 ans

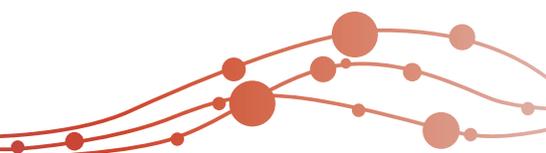


Bien vivre sa myopie avec des lentilles de contact



D'après une étude menée au Centre Hospitalier Universitaire de Poitiers sur 100 000 patients, il s'avère que 39,1%⁽¹⁾ d'entre eux souffrent de myopie. C'est aussi le cas de Frédéric. Si l'histoire de son défaut visuel met en évidence certaines difficultés qu'il a pu rencontrer, elle permet également de mettre à jour des solutions.

« Frédéric a aujourd'hui 32 ans. Lorsqu'il avait 9 ans, ses parents ont pris rendez-vous chez l'ophtalmologiste car ils avaient constaté que leur fils avait un besoin excessif de se rapprocher de la télévision pour regarder les dessins animés, de sa feuille pour dessiner ou encore de ses livres pour lire. Le diagnostic a été très clair : Frédéric est myope. Pendant plusieurs années, il a porté des lunettes pour corriger sa myopie - laquelle s'est aggravée au moment de l'adolescence. A l'âge de 23 ans, et après avoir demandé conseil à son ophtalmologiste, Frédéric a choisi de porter des lentilles de contact et son médecin lui a prescrit des lentilles souples mensuelles. Depuis près de 10 ans, et de par sa forte myopie, Frédéric porte ses lentilles toute la journée et se plaint parfois d'une sensation d'inconfort et souffre quelques fois d'irritations ou de picotements ».





La myopie n'est pas une pathologie oculaire mais un défaut visuel. Cette vision nette de près et floue de loin - car la projection de l'image se fait devant la rétine - est due à un allongement de l'œil⁽²⁾. Elle apparaît généralement pendant l'enfance ou l'adolescence. Une étude montre qu'il existe une prédisposition génétique pour les enfants de parents myopes à devenir myopes⁽³⁾. D'où la nécessité de faire dépister les enfants le plus tôt possible, d'autant que 70 % des informations liées à l'apprentissage transitent par l'œil⁽⁴⁾. Généralement diagnostiquée entre 8 et 12

ans, la myopie peut s'aggraver durant l'adolescence avant de se stabiliser entre les âges de 20 à 30 ans. Dans certains cas, la myopie peut apparaître à l'âge adulte.

Nos modes de vies sont également à l'origine de la myopie. L'usage intensif des écrans tend à déformer le cristallin⁽⁵⁾.

■ Frédéric va-t-il devoir abandonner les lentilles et porter de nouveau des lunettes ?

Les démangeaisons, picotements, larmolements et autres sensations de brûlure et de poussière dans l'œil sont les signes d'une insuffisance de larmes. Si le port des lentilles peut en être la cause - et parce qu'il peut s'agir de lentilles mal adaptées - ce n'est pas le facteur le plus courant du symptôme de sécheresse oculaire⁽⁶⁾.

Il est alors conseillé à Frédéric de prendre rendez-vous chez son ophtalmologiste pour faire vérifier sa vue. Le professionnel de santé peut alors procéder à une adaptation personnalisée de nouvelles lentilles. Ensuite, l'ophtalmologiste procède à un ou plusieurs essais avec pose et contrôle de différents types de lentilles pour proposer le dispositif le plus adéquat. De la même façon, différentes solutions d'entretien sont présentées et peuvent être testées par le porteur.

■ Les produits d'entretien sans conservateur : un choix adapté

Les agents conservateurs contenus dans certaines solutions d'entretien - notamment les solutions multifonctions - peuvent être délétères pour la surface oculaire⁽⁷⁾. Par leur capacité à modifier les défenses cellulaires, les conservateurs altèrent, sur le long terme, le film lacrymal. Conséquence ? Les effets nocifs des conservateurs sur l'œil provoquent une gêne ou des irritations - à l'instar des sensations de picotement ou de brûlure subies par Frédéric. Pour protéger le capital de l'œil et limiter les complications oculaires, il est conseillé d'utiliser des produits d'entretien de lentilles de contact sans conservateur sur l'œil. Ils permettent un meilleur respect de la physiologie oculaire et réduisent ainsi les risques d'intolérance.

■ Sources

Le chiffre de « 29 % de la population serait myope » date de 2006. Il semble largement dépassé. Je me réfère à la source ci-dessous :

(1) Acuité, Les Français et la myopie : résultats d'une étude sur plus de 100 000 patients, 2015.

<https://www.acuite.fr/actualite/sante/83368/les-francais-et-la-myopie-resultats-dune-etude-sur-plus-de-100-000-patients>, consulté le 15 novembre 2018.

(2) Guide-Vue, La myopie : mieux comprendre, <https://www.guide-vue.fr/la-sante-de-vos-yeux/les-defauts-visuels/la-myopie>, consulté le 15 novembre 2018.

(3) Nature Genetics online 10 February 2013 DOI: 10.1038/ng.2554 Genome-wide meta-analysis of multi-ancestry cohorts identify multiple new susceptibility loci for refractive error and myopia, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23396134>, consulté le 15 novembre 2018.

(4) Dr Leneinger, Chirurgien ophtalmologiste, Anatomie de l'œil, <https://dr-leineinger.fr/loeil-et-la-vision/anatomie-de-loeil>, consulté le 15 novembre 2018.

(5) Acuité, Bientôt tous myopes ? Les explications de Vincent Daien, ophtalmologiste au CHRU Montpellier,

<https://www.acuite.fr/acuite-tv/sante/80892/bientot-tous-myopes-les-explications-de-vincent-daien-ophtalmologiste-au-chru>, consulté le 15 novembre 2018.

(6) Vidal, Eureka Santé, Les causes et la prévention de la sécheresse oculaire, <https://eurekasante.vidal.fr/maladies/yeux/yeux-secs-secheresse-oculaire.html?pb=causes>, consulté le 15 novembre 2018.

(7) D. Vaede, 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 15 novembre 2018.