

Vision : les troubles visuels liés à l'âge

Les problèmes visuels prennent une nouvelle dimension lorsque l'homme dépasse 40 ou 50 ans. Tout comme les autres organes, les yeux vieillissent et sont plus souvent sujets à des troubles.

La presbytie

Dans les pays industrialisés, 6 personnes sur 10 ont des défauts de la vue, dont 3 sont presbytes. Avec l'allongement de la durée de vie, la presbytie est en pleine expansion.

Les signes / symptômes

Le premier rendez-vous avec la presbytie a souvent lieu à un retour de vacances, lorsque la lumière est moins intense, les objets les plus familiers moins bien éclairés. Jusqu'alors, la mise au point des yeux était naturelle. Subitement, elle exige un effort.

L'origine des troubles

Au cœur de cette difficulté, une petite lentille transparente et bombée sur ses deux faces : le cristallin. C'est l'un des éléments du corps humain le plus étonnant. Il permet de voir net à toutes les distances car il est capable de modifier rapidement sa courbure. Il est parfaitement fonctionnel dès la naissance (l'œil normal d'un bébé voit net de 5 cm à l'infini) mais le temps passant, il s'épaissit en accumulant des cellules tout comme un tronc d'arbre croît par couches successives.

Il perd alors de sa souplesse, devient moins déformable sous l'action des muscles ciliaires situés à son pourtour, et la distance minimum à laquelle les yeux voyaient net augmente. De 5 cm à la naissance, on passe à 10 cm à 20 ans, 25 cm à 40 ans, 50 cm à 50 ans et 2 mètres à 70 ans. La distance habituelle de lecture se situant entre 30 et 40 cm, on comprend pourquoi on devient presbyte entre 40 et 50 ans.

La correction : des verres ou des lentilles

La correction de la presbytie est très simple. Elle consiste à restituer une vision de près de qualité en respectant la vision de loin. Le seul moyen dont on dispose est "l'addition optique" : des verres ou des lentilles convergentes qui augmentent la puissance optique des yeux.

La cataracte

La cataracte atteint plus d'une personne sur cinq à partir de 65 ans, plus d'une sur trois à partir de 75 ans et près de deux sur trois après 85 ans.

Les signes / symptômes

Baisse progressive de la vue, brouillard, trouble de la vision des couleurs, éblouissement à la lumière vive... Les signes de la cataracte apparaissent dans la grande majorité des cas avec l'âge. Cette maladie de la vision se révèle le plus souvent à partir de 60 ans. Mais elle n'est pas rare à partir de 50 et peut même survenir dès l'âge de quarante ans.

L'origine des troubles

Comme pour la presbytie, c'est le cristallin le grand responsable. Il s'opacifie progressivement au cours des ans pour devenir comme une "fenêtre givrée".

Le traitement : la chirurgie

Seul le recours à la chirurgie permet alors de retrouver une vision correcte. Chaque année, plus de 200 000 personnes sont opérées. C'est l'une des interventions les plus fréquentes en France. Elle consiste à enlever le noyau du cristallin pour le remplacer par une lentille artificielle.

L'intervention dure de 10 à 30 minutes et se déroule généralement sous anesthésie locale ce qui permet de rentrer chez soi le soir même ou le lendemain. Les suites opératoires sont courtes et indolores. Bien sûr, quelques précautions s'imposent : mieux vaut éviter les chocs sur les yeux et les efforts violents. La récupération de la vision est très rapide. Il est possible de reprendre une activité quasi normale dès le lendemain de l'intervention.

Une évolution très variable

Les cataractes n'évoluent pas de manière uniforme. Certaines se stabilisent. D'autres n'évoluent qu'après de nombreuses années vers une perte de vision. C'est donc au patient aidé et informé par son ophtalmologue, de décider du moment de l'intervention, en fonction de la gêne ressentie. Les études montrent que, lorsque la baisse de l'acuité visuelle est importante, l'intervention a des effets bénéfiques sur la qualité de vie et, souvent aussi, sur les autres maladies liées à l'âge.

La dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA)

En France, près de 1,3 million de personnes sont atteintes de dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA). C'est la première cause de cécité chez les personnes âgées de plus de 50 ans.

Les signes / symptômes

Cette affection oculaire prive celui qui en souffre de sa vision centrale. Elle empêche ainsi de lire, de conduire ou de regarder la télévision.

L'origine des troubles

La dégénérescence maculaire liée à l'âge ou DMLA est une maladie qui altère la macula, une petite zone située au centre de la rétine responsable de l'acuité visuelle. La vision centrale s'altère progressivement et apparaît un "scotome", une tache noire qui se projette sur l'objet regardé. Comme une caméra dont le film est taché, le centre du champ visuel est brouillé et tous les détails sont perdus. La vision de près, en particulier la lecture, devient rapidement pénible, voire impossible.

La nécessité d'un dépistage précoce

L'examen du fond de l'œil confirme le diagnostic. L'angiographie à la fluorescéine, élément indispensable pour mettre en œuvre le traitement, permet de préciser la nature exacte de la lésion au niveau de l'œil atteint et de rechercher la présence de signes précurseurs au niveau de l'autre œil.

Le traitement : laser ou prise de médicaments

Un traitement au laser, ou la prise de certains médicaments permettent de stabiliser les lésions. Mais aucune technique ne permet encore de restaurer une vision perdue. Il faut donc traiter suffisamment tôt. Les personnes atteintes peuvent malgré tout mener une vie autonome grâce à des moyens de rééducation et des aides visuelles.

Attention si vous avez l'impression que les lignes droites ondulent ou se déforment : c'est le signe est le plus évocateur d'un début de DMLA. Une consultation chez un ophtalmologue s'impose.

Le glaucome

A partir de la quarantaine, le glaucome devrait être systématiquement dépisté. 200 000 Français éviteraient ainsi la canne blanche.

L'origine des troubles

Cette maladie grave de la vision qui s'accompagne en général d'une pression oculaire trop élevée, entraîne en effet une destruction lente du nerf optique, pouvant aboutir à la perte totale de la vue. Plus d'un million de personnes seraient concernées en France.

Les causes premières du glaucome demeurent souvent inconnues, mais un certain nombre de facteurs de risques ont été déterminés : l'âge, l'hérédité, la myopie sévère, des antécédents traumatiques oculaires, une hypertension artérielle.

Il existe deux types de glaucomes :

1 - Le glaucome à angle ouvert représente en France 90% des cas de glaucome.

Les signes / symptômes

Il ne s'accompagne d'aucune douleur ni signe particulier. Il est impossible de savoir si l'on est atteint d'un glaucome débutant sur les seuls signes que l'on peut observer par soi-même. Seul un examen auprès d'un ophtalmologiste permet de détecter une forme débutante de cette maladie et d'agir quand il est encore temps.

Le traitement

Chaque personne est un cas particulier. Le traitement est donc personnalisé. Il n'existe pas de traitement standard. Les collyres sont les médicaments les plus prescrits. Leur emploi est souvent efficace mais l'administration locale de gouttes doit être quotidienne et souvent à vie. En cas d'échec, une opération chirurgicale doit être entreprise. Il s'agit d'une opération tout à fait bénigne.

2 - Le glaucome à angle fermé, contrairement au premier, est beaucoup plus rare et ne passe pas inaperçu.

Les signes / symptômes

Il se manifeste par l'apparition soudaine d'une douleur sourde et persistante, associée à des nausées et des troubles de la vision.

Le traitement

C'est une urgence médicale, imposant une intervention immédiate.

Contrairement aux idées reçues, le glaucome n'est pas amélioré par un régime alimentaire spécifique, de plus, lire ou regarder un ordinateur ne l'aggrave pas.