

Guide du patient sur la dégénérescence maculaire



**N'hésitez pas à consulter
votre optométriste.**

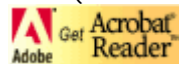
**Il saura vous conseiller
sur ce sujet.**

Publié par



Association
DES
OPTOMÉTRISTES
DU
QUÉBEC

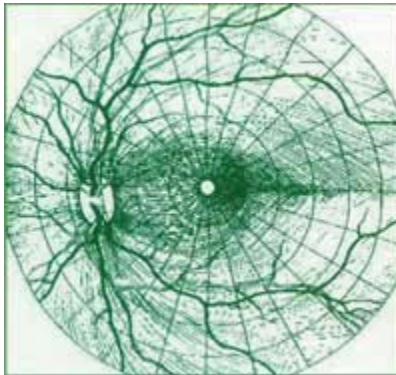
Pour le télécharger,
[cliquez ici](#) (Format PDF).



La rétine est un tissu nerveux qui tapisse le fond interne de l'oeil et qui est mince comme une feuille de papier. La rétine, envoie les messages nerveux vers le cerveau pour permettre la vision.

Qu'est-ce que la macula?

Voici une image du fond de l'oeil (de La rétine). La macula est située dans le centre de la rétine. L'aire de La macula est responsable de la clarté des détails et des couleurs. Hors de cette zone, La discrimination visuelle est faible.



Qu'est-ce que la dégénérescence maculaire?

La dégénérescence maculaire est une maladie qui est associée à l'âge et qui détruit graduellement l'aire de la macula, donc la vision centrale. Elle est la principale cause de la perte de la vision après 60 ans. Dans certains cas, la maladie progresse tellement lentement qu'elle aura peu d'effet sur la vision. Par contre, chez d'autres, la maladie progresse rapidement et la perte de la vision centrale se fera dans un ou les deux yeux.

Il y a deux formes de dégénérescence maculaire:

1. La dégénérescence dite "sèche" ou "atrophique": 90 % des personnes atteintes ont cette forme de dégénérescence. On ne sait pas encore très bien ce qui cause cette forme de maladie, bien qu'on la relie de plus en plus à une atteinte de la circulation vasculaire rétinienne secondaire à l'artériosclérose. On observe la perte des cellules visuelles de La macula et, par conséquent, une perte graduelle de la vision centrale. Il n'existe pas de traitement chirurgical pour la forme atrophique mais les recherches se poursuivent.
2. La dégénérescence dite "humide" par soulèvement de la macula: dans ce cas, on assiste à la formation, sous La rétine, de nouveaux vaisseaux sanguins anormaux. Ces vaisseaux sanguins nouvellement formés sont très fragiles et il y aura souvent des hémorragies et présence de fluide sous la macula ce qui a pour effet de soulever la rétine et d'altérer la vision.

Quels sont les facteurs de risque?

Bien sûr, le principal facteur de risque demeure l'âge. On sait que les gens âgés de 60 ans et plus sont clairement plus à risque que les autres groupes d'âge. Si avant l'âge de 60 ans, le risque est d'environ 2 %, le pourcentage grimpe à 30 % après l'âge de 75 ans.

D'autres facteurs de risque sont:

- le sexe de la personne: les femmes sont plus à risque pour cette maladie que les hommes;
- les fumeurs: l'usage de la cigarette augmente le risque de la dégénérescence maculaire.

Quels sont les symptômes de la dégénérescence maculaire?

Il n'y a aucune douleur dans les deux formes de la dégénérescence maculaire. Le signe le plus commun est l'embrouillement de la vision, surtout au centre du champ de vision. On voit alors moins de détails comme les visages ou les mots dans un livre. Lors d'un stade plus avancé, il y aura la présence d'une région noire au centre de la vision. Le perte peut être lente ou très rapide.

Un autre symptôme commun est le fait que les lignes droites vont apparaître toutes distordues. Cela résulte du fluide provenant des vaisseaux sanguins; ce fluide soulève la portion centrale de la rétine et cela distord la vision.

Comment détecter la dégénérescence maculaire?

L'optométriste vous posera les questions pertinentes et effectuera de toute façon un examen du fond de l'œil. Il pourra alors observer, à l'aide d'un appareil appelé ophtalmoscope, la région centrale de la rétine.

Il pourra aussi vous faire observer une grille d'Amsler (du nom de son inventeur) qui ressemble à un jeu de dames. Des changements dans la vision centrale causeront une absence ou de la distorsion au niveau des lignes que vous regarderez.

Plus loin, nous vous avons inclus une illustration de la grille d'Amsler. Suivez les instructions. Rappelez-vous que cet exercice ne remplace en rien une consultation professionnelle. Dans le doute, consultez votre optométriste.

Y a-t-il un traitement pour la dégénérescence maculaire?

Il n'existe aucun traitement pour la forme atropique de la dégénérescence maculaire. Des études, par contre, montrent de plus en plus que certaines vitamines et minéraux (antioxydants) peuvent ralentir la progression de la maladie. Demandez plus d'informations lors de votre prochaine visite chez l'optométriste.

La chirurgie au laser peut parfois aider à traiter la dégénérescence par soulèvement de la rétine. Le traitement consiste à focaliser le rayon laser sur les nouveaux vaisseaux sanguins pour les détruire et empêcher ainsi l'accumulation de fluide sous la macula.

Comment prévenir la dégénérescence maculaire?

Malheureusement, il n'existe pas vraiment de moyen assuré d'éliminer l'apparition de la maladie. Les recherches sur le sujet nous indiqueront si les vitamines et les minéraux antioxydants peuvent aider à prévenir l'apparition de cette maladie. Des médicaments sont actuellement développés pour améliorer la nutrition des cellules maculaires et l'élimination des déchets métaboliques. Des greffes de cellules sur le modèle animal semblent aussi prometteuses.

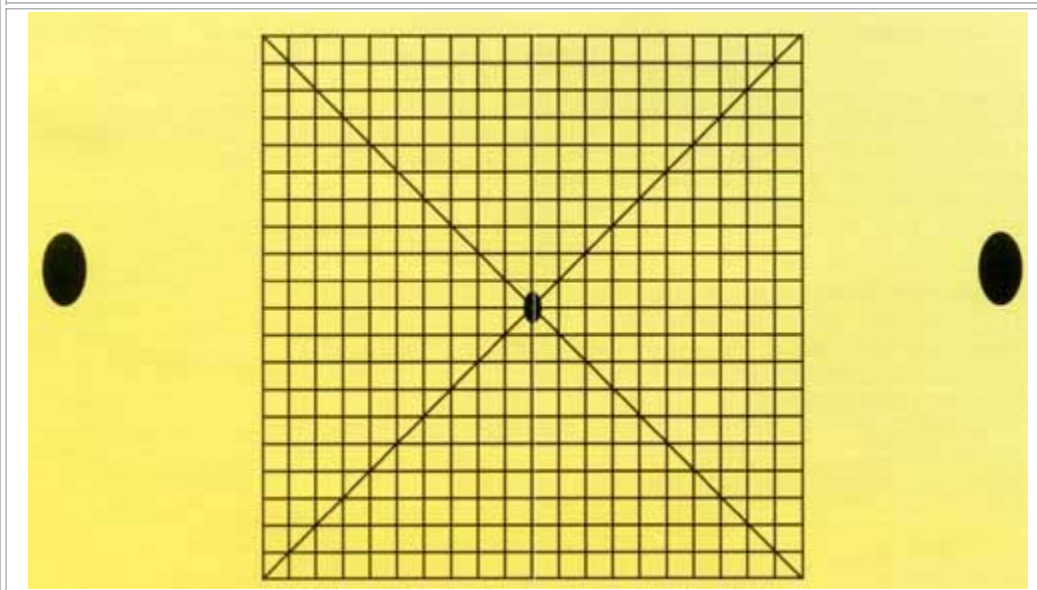
Pour mettre toutes les chances de votre côté, un examen complet chez l'optométriste est nécessaire, surtout si vous êtes âgé(e) de 60 ans et plus. Votre optométriste pourra aussi vous remettre une grille d'Amsler afin que vous vérifiez l'état de votre vision centrale à la maison.

La grille d'Amsler

Voici une illustration de la grille d'Amsler qui ressemble a celle que l'optométriste pourra vous remettre s'il le juge nécessaire. Cette grille possède deux formes ovales noires de chaque côté.

Instructions:

- Portez les lunettes que vous utilisez de près (lecture, écriture).
- Placez-vous a une distance d'environ 33-40 cm de la grille. Couvrez un oeil et regardez constamment le point au centre de la grille.
- Avancez-vous lentement vers la grille, jusqu'à ce qu'une des deux formes ovales disparaisse et que vous n'en voyiez plus qu'une seule. A ce moment, la forme ovale disparaît a cause de la tache aveugle: c'est l'endroit où le nerf optique entre dans l'oeil; il n'y a aucune cellule visuelle donc aucune vision.
- Vous devriez être capable de voir à la fois le centre de la grille ainsi que les quatre coins. Toutes les lignes devraient apparaître droites et continues de haut en bas et de gauche a droite. Sinon, un examen complet de vos yeux et de votre vision devient essentiel.
- S'il apparaît des "trous" dans les lignes ou des endroits plus embrouillés que d'autres, un examen oculo-visuel est aussi de mise.



Vision normale

Un individu avec une vision normale ou une vision corrigée a 20/20 (6/6) voit de cette façon. L'aire de la photographie est le champ de vision de l'oeil droit.



Dégénérescence maculaire

Cette illustration montre la perte de la vision centrale appelée un scotome central. La périphérie ou la vision de côté demeure intacte. Ainsi, la mobilité n'est pas vraiment affectée.



Avec la dégénérescence maculaire, un texte apparaît distordu et des portions de mots peuvent disparaître.

