

Les cinq affections oculaires graves les plus courantes

La dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA)

Maladie oculaire fréquente chez les personnes plus âgées, la DMLA affecte la vision centrale.



Qu'est-ce que la dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA)?

La dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA) est l'une des causes les plus répandues de déficience visuelle après l'âge de 60 ans. En effet, la DMLA est à l'origine de 90 % des nouveaux cas de cécité légale au Canada.

La macula est une petite zone au centre de la rétine, à l'arrière de l'œil, qui nous permet de distinguer nettement les menus détails et d'effectuer des activités comme la lecture et la conduite. La DMLA est une détérioration ou un affaiblissement des « cellules visuelles » de la macula.

Les personnes atteintes de DMLA ont une perte de vision centrale. Leur vision périphérique (sur les côtés) reste inchangée, mais la DMLA réduit l'acuité de la vision centrale nécessaire pour conduire, lire, reconnaître les visages et percevoir les détails.

Vision normale



Perte de vision centrale causée par la DMLA



Les deux types de DMLA

La DMLA sèche

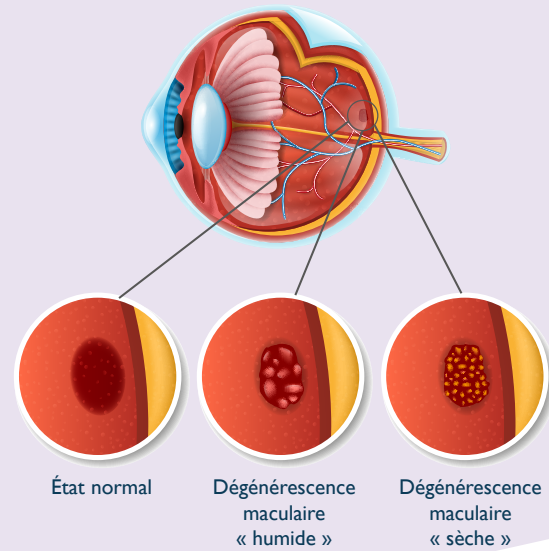
Parmi les personnes atteintes de DMLA, neuf sur dix ont une DMLA atrophique ou « sèche ». La DMLA sèche survient lorsque la macula s'amincit et que des amas de débris s'accumulent en dessous. Cela cause une perte graduelle de la vision centrale.

La DMLA humide

La DMLA exsudative ou « humide » est moins fréquente (elle survient chez une personne sur dix qui sont atteintes de DMLA), mais elle est plus grave.

Dans la forme humide de la DMLA, des vaisseaux sanguins anormaux peuvent se développer dans une couche sous la rétine. Ces vaisseaux laissent fuir du liquide et du sang, ce qui cause des cicatrices sur la macula. Il en résulte une distorsion des images et une grande tache au centre de votre vision.

La dégénérescence maculaire



Qu'est-ce qui cause la DMLA?

Les causes de la dégénérescence maculaire semblent être un ensemble de facteurs génétiques, de vieillissement et d'autres facteurs liés à la santé et à l'environnement.

Facteurs de risque

L'âge est le facteur de risque le plus important pour le développement de la DMLA, mais vous pourriez être plus susceptible d'avoir cette maladie si vous :

- Avez les yeux bleus
- Avez de l'hypertension artérielle (haute pression)
- Avez une maladie cardiaque
- Avez un taux de cholestérol élevé
- Fumez
- Mangez souvent des aliments riches en gras saturés (p. ex., beurre, fromage)
- Avez de l'embonpoint
- Avez des antécédents familiaux de DMLA



Pour aider à réduire votre risque de DMLA, adoptez une saine alimentation comportant des légumes-feuilles verts, des fruits jaunes et orange, du poisson et des céréales entières. Aussi, cessez de fumer et faites de l'exercice régulièrement.

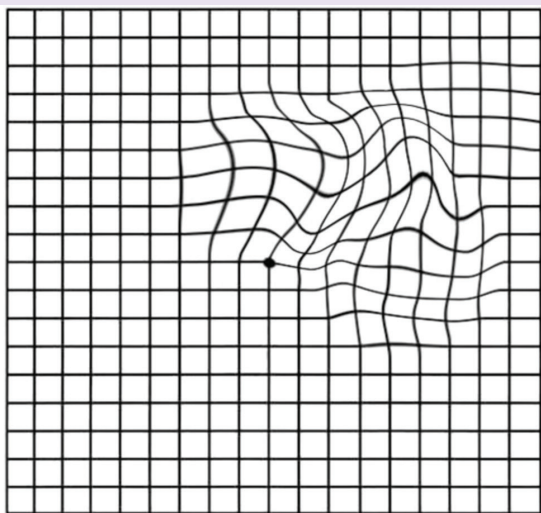


Comment fait-on le diagnostic de la DMLA

On peut détecter soi-même les changements précoces causés par le DMLA, à l'aide d'une grille d'Amsler.

Testez votre vision ici à l'aide d'une grille d'Amsler :
<https://www.seethepossibilities.ca/innovation/examen-de-la-vue/test-de-dmla/?lang=fr>

Si les lignes de la grille semblent ondulées ou déformées, ou qu'il semble en manquer, le résultat du test est anormal et nous vous recommandons de prendre rendez-vous avec un optométriste ou un ophtalmologiste dès que possible.



La grille d'Amsler vue par une personne atteinte de DMLA.

Traitement de la DMLA

La recherche sur la DMLA est prometteuse sur plusieurs fronts. Jusqu'à présent, elle a permis de mettre au point des médicaments efficaces pour limiter les dommages causés par la DMLA humide et, dans de nombreux cas, améliorer la vision. Des traitements prometteurs de la DMLA sèche font maintenant l'objet d'essais cliniques. En parallèle, les lampes de lecture à intensité élevée, les loupes et autres aides à la faible vision aident les personnes atteintes de DMLA à maximiser leurs capacités visuelles.

Traitement de la DMLA sèche

Habituellement, la DMLA sèche évolue lentement sur de nombreuses années. Les études ne montrent PAS que le taux de détérioration change si vous utilisez vos yeux pour lire et faire d'autres activités. Par ailleurs, les résultats d'une étude, l'AREDS (Age-Related Eye Disease Study), ont montré qu'un régime spécifique de vitamines réduit le taux de développement d'une DMLA humide chez les personnes atteintes d'une dégénérescence maculaire sèche avancée.

Traitements de la DMLA humide

Comme la DMLA de type « humide » peut entraîner rapidement une perte de vision, il faut la traiter le plus tôt possible. Un retard de traitement peut se traduire par de moins bons résultats. C'est pourquoi les personnes atteintes de DMLA doivent vérifier régulièrement leur vision dans chaque œil et signaler les changements sans tarder à leur professionnel de la santé oculaire.

La DMLA humide est le plus souvent traitée par injection dans l'œil de médicaments qui contrent le facteur de croissance de l'endothélium vasculaire (anti-VEGF). Ces médicaments sont très efficaces pour rendre les vaisseaux sanguins anormaux dormants et les empêcher de grandir et de laisser fuir du liquide. Il faut renouveler régulièrement les injections pour prévenir la récurrence de la maladie et la perte de vision. Avec le traitement, on peut s'attendre à une stabilisation dans les yeux de 90 % des patients et à une amélioration pour le tiers d'entre eux.

Au sujet de la Société canadienne d'ophtalmologie

La Société canadienne d'ophtalmologie (SCO) est l'autorité nationale reconnue en matière de soins oculaires et visuels au Canada. Nos membres sont des médecins et chirurgiens ophtalmologistes voués à offrir à la population canadienne les soins oculaires médicaux et chirurgicaux les meilleurs qui soient.



Canadian Ophthalmological Society
Société canadienne d'ophtalmologie

EYE PHYSICIANS AND SURGEONS OF CANADA
MÉDECINS ET CHIRURGIENS OPHTHALMOLOGISTES DU CANADA

Voir les possibilités

Une ressource pour le public canadien sur la santé visuelle et les maladies oculaires graves, ainsi que sur les interventions de la SCO visant à promouvoir la santé oculo-visuelle pour tous.



Voir les possibilités



www.voirlespossibilites.ca



[seeenthepossibilitiesca](https://www.facebook.com/seeenthepossibilitiesca)



[seeenthepossibilitiesca](https://www.instagram.com/seeenthepossibilitiesca)