



Lentilles de contact le charme discret

Dans le monde, 30 millions de personnes ont choisi ce mode de correction. Surtout des femmes mais aussi des hommes en nombre croissant, notamment des sportifs. Il existe deux sortes de lentilles : des rigides et des souples. Les plus anciennes sont à port journalier. Les plus récentes sont à port prolongé et/ou jetables périodiquement. Toutes doivent laisser respirer la cornée, être confortables au point de se faire oublier et corriger, évidemment, les défauts optiques.

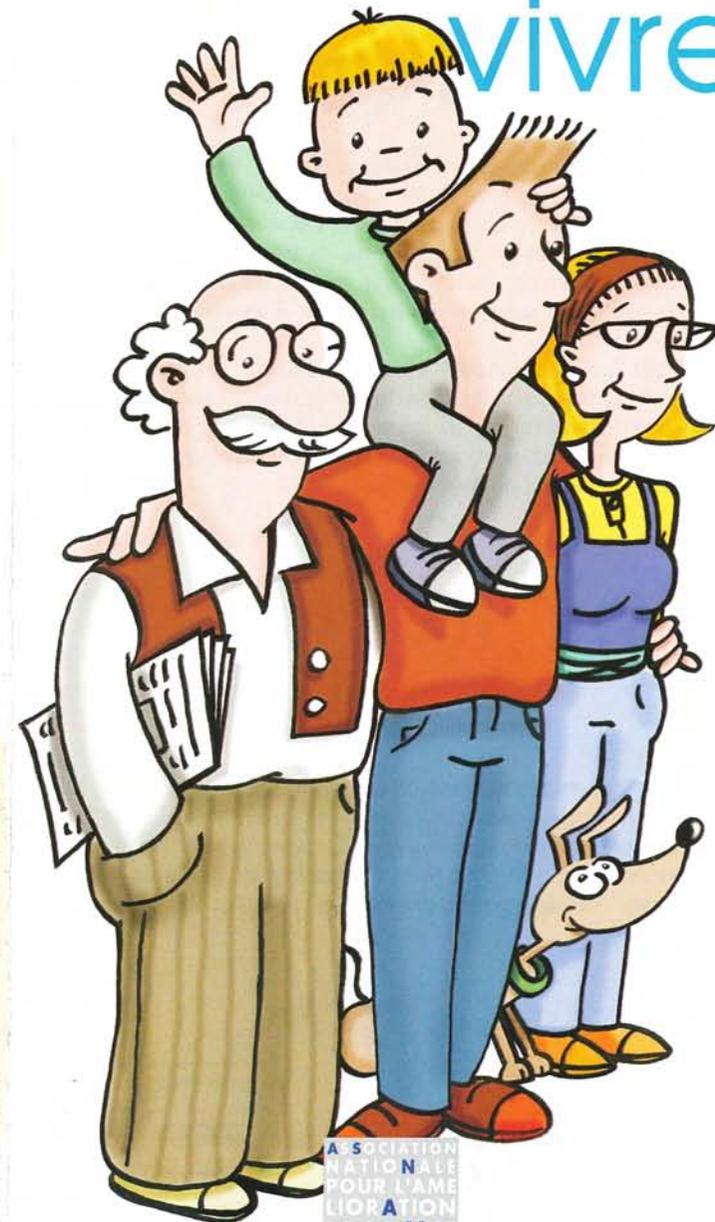


Age	Evolution	Surveillance	Attention
0		0,3 Visite obligatoire du 8 ^{ème} jour	4
1 mois	Apparition de l'accommodation		
2 mois	Réflexe de fusion		
3 mois	Strabisme naturel et 1 ^{er} réflexe de convergence		
4 mois			
5 mois			
6 mois		1	STRABISME ANORMAL
9 mois	Convergence normale	2	
1 an		4	
2 ans		7	
3 ans		9	Visite obligatoire
4 ans		10	école
5 ans			maternelle
6 ans			cours
7 ans			préparatoire
8 ans			
9 ans		Si myopie évolutive consulter l'ophtalmo	MYOPIE GALOPANTE
10 ans		tous les 6 mois	
20 ans		10	
30 ans		Consultations votre ophtalmo et votre opticien tous les 3 ou 5 ans	
40 ans			25 GLAUCOME
50 ans			50
60 ans		Consultations votre ophtalmo et votre opticien tous les 2 ans	
70 ans			100 CATARACTES
80 ans			DÉGÉNÉRESCENCE MACULAIRE

0,3 acuité visuelle (en dixièmes)

★ vision de près nette à partir de... (cm)

Bien voir pour bien vivre



6 Bien voir, à toutes distances, sans avoir besoin de manipuler sans cesse ses lunettes, devient de plus en plus une nécessité quand les yeux sont fatigués.

5 Les nouvelles possibilités offertes par les verres progressifs permettent maintenant à tous les presbytes, de conserver l'essentiel de la vision qu'ils avaient jusqu'alors. Les verres de près

4 classiques, au contraire, ne conservent une bonne vision qu'en deçà de 40 ou 50 cm. Au delà, lorsqu'on lève les yeux pour regarder plus loin, la vue devient de plus en plus trouble, et l'on est obligé d'abaisser

3 ou de soulever ses lunettes pour retrouver une vision nette. Bien voir, à toutes distances, sans avoir besoin de manipuler sans cesse ses lunettes, devient de plus en plus une nécessité quand les yeux sont fatigués. Les nouvelles possibilités offertes par les verres progressifs per-

Tenez ce texte à 33 centimètres de vos yeux.
Essayez de lire le paragraphe n°3 en cachant un œil puis l'autre.
Si vous éprouvez des difficultés, consultez un spécialiste,
car vous êtes, peut-être, hypermétrope ou presbyte.

Association Nationale pour l'Amélioration de la Vue
185 rue de Bercy 75579 PARIS CEDEX 12

www.asnav.org

LA SOCIÉTÉ
NATIONALE
POUR L'AMÉLIORATION
DE LA VUE
ASNAV

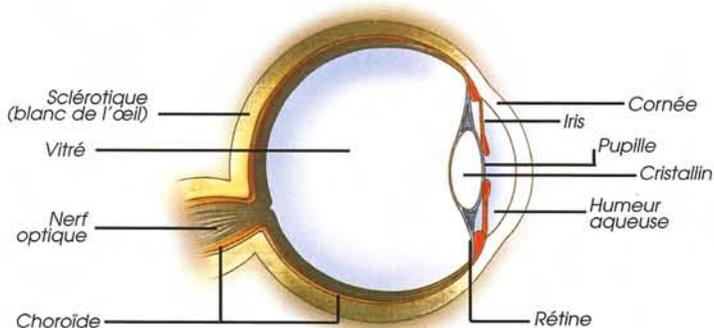
2 yeux la vie pour

Notre perception du monde extérieur parvient à 80% par les yeux. C'est dire l'importance d'une vision sans défaut. Une vision performante c'est une bonne acuité (12/10^{èmes}), la faculté de percevoir des mouvements très rapides sur 180°, de distinguer la flamme d'une bougie au loin dans la nuit noire, de séparer toutes les nuances de l'arc en ciel, d'apprécier les reliefs.

L'œil est une formidable caméra dont le diamètre mesure 25 mm. Les images pénètrent par la cornée, franchissent la pupille qui fait office de diaphragme, traversent le cristallin chargé de la mise au point (accommodation) et atteignent la rétine, la plaque sensible. La couleur des yeux est donnée par l'iris.

Voir le monde

Multiplication des moyens de communication par l'image, télévision, écran d'ordinateurs, environnement lumineux intense, lecture, conduite automobile, exposition aux rayons ultraviolets de la lumière solaire sur la plage et en montagne ... aujourd'hui, nos exigences visuelles professionnelles et pendant les loisirs vont croissant.



L'œil et ses imperfections

Une bonne vision c'est la faculté de créer une image fidèle sur la rétine. Chaque fois que cette image est altérée, c'est la preuve d'un défaut visuel ou amétropie.

- Myopie : on voit mal de loin mais bien de près. Souvent ce défaut est héréditaire et s'amplifie à l'adolescence. Il rend la conduite automobile sans lunettes impossible.
- Hypermétropie : on voit très bien de loin et difficilement de près. Légère, elle passe fréquemment inaperçue jusqu'à 35, 40 ans car elle est compensée par l'accommodation. Elle rend la lecture fatigante.
- Astigmatisme : la vision est médiocre de près comme de loin. Les choses vues sont floues dans certaines directions. Ce défaut peut être isolé ou associé à la myopie ou à l'hypermétropie. Lire longtemps sur un écran est pénible.
- Presbytie : à partir de la quarantaine, on voit de moins en moins bien de près et on allonge les bras pour lire. Le cristallin, qui a commencé à vieillir dès la naissance, perd de sa souplesse et accommode plus difficilement. Contrairement à une idée reçue, les myopes deviennent aussi presbytes.

Les mouvements des yeux

Il est des défauts visuels qui apparaissent, parfois, dès la prime enfance. Strabisme : un enfant qui « louche » voit double. Cette situation lui devient vite intolérable et, spontanément, il n'utilise qu'un œil. Une myopie, une hypermétropie, un astigmatisme ou une anomalie des muscles oculaires peuvent en être responsables. Ce défaut doit être corrigé précocement (avant 3 ans) pour éviter l'amblyopie : la paresse plus ou moins sévère de l'un ou des deux yeux qui voient mal.

Lunettes en vue

Trois français sur cinq ont besoin d'une correction de la vue ! Le plus souvent, ils recourent aux lunettes. Cet accessoire participe de la mode et de la plus haute technologie. Il doit conjuguer esthétique, confort et optique de précision. Les opticiens proposent des milliers de montures aux formes, aux matières et aux couleurs différentes.

- La correction de la myopie utilise des verres plus épais aux bords qu'au centre.
- La correction de l'hypermétropie fait appel à des verres « loupes », plus épais au centre qu'aux bords.
- La correction de l'astigmatisme est réalisée grâce à des verres dont l'une des faces a la forme d'un ballon de rugby.
- La correction de la presbytie restitue la vision de près. Pour y parvenir, il existe trois types de verres différents.
 - La méthode la plus ancienne consiste à utiliser un verre dont la puissance est constante sur toute sa surface. Avantage : on voit bien de près mais mal de loin sauf en regardant par-dessus ses lunettes.
 - Pour conserver une bonne vision de loin, on a créé les « double foyers » mais ils entraînent une « segmentation » de la vision (un saut d'image entre la vision de près et de loin).
 - La meilleure solution : les verres progressifs dont l'optique varie de façon continue restituant une bonne vision à toutes distances.

Tous ces verres sont fabriqués dans différents matériaux et peuvent recevoir divers traitements. Les verres organiques sont légers et incassables. Les verres minéraux sont inrayables. Les uns et les autres peuvent posséder différents indices qui conditionnent leur poids et leur épaisseur. Quant aux traitements, ils peuvent être anti reflets, anti rayures, photochromiques (se teinter avec le soleil...). En tout il existe plus d'un milliard de combinaisons.

