

! **180 000 ENFANTS**
ENTRE 0 ET 6 ANS RISQUENT
DE PERDRE LA VISION
D'UN OIL CHAQUE ANNÉE

→ **Il faut être très attentif au développement de la vue des enfants.**

La vue est le fruit d'un long apprentissage. A un mois, le nourrisson voit jusqu'à 50 cm. Il réagit aux motifs plutôt qu'à un coloris uni, à un visage mobile plutôt qu'impassible. A 4 mois et demi, il peut suivre des yeux un objet qui bouge et évaluer les distances et le relief. A 6 mois, l'enfant ne voit pas encore très bien (1 à 2/10^e seulement), mais il ne doit plus loucher (le strabisme du nouveau-né est fréquent car les muscles doivent se coordonner). A 18 mois, les fonctions visuelles sont presque celles d'un adulte même si la vue n'est pas encore parfaite (il lui manque de 4 à 6/10^e). Elle sera complète vers 4 ans.

→ **10% des enfants âgés de moins de 5 ans ont une ou plusieurs anomalies visuelles.**

Dépistés très tôt, ces défauts peuvent être corrigés, en particulier l'amblyopie. Cette affection empêche le développement de l'un des deux yeux qui devient "paresseux". S'ils sont traités avant 2 ans, les enfants atteints d'amblyopie récupéreront une vision normale ! Entre 2 et 6 ans, ils ne récupéreront que 50 % de leur acuité visuelle. Et sans traitement, l'enfant risque de perdre la vision de cet oeil ! Il est donc important de respecter les visites de contrôle obligatoires, notamment l'examen de la vue au 9^e mois, et surtout, en cas de doute, ne pas hésiter à consulter !

→ **Le test du bandeau**

A l'aide d'un foulard roulé en bandeau, cachez tour à tour pendant 5 minutes les yeux de l'enfant. Faites ce test à plusieurs reprises. Si l'enfant arrache systématiquement le bandeau d'un côté comme de l'autre, n'insistez pas. S'il tolère le bandeau sur l'un des yeux alors qu'il le refuse sur l'autre, c'est simplement parce que seul cet oeil lui permet de voir et que l'autre est déficient. C'est un signe qui doit vous inciter à consulter un spécialiste.

Conduire n'est pas un acte anodin

C'est une activité à part entière, qui engage un risque pour le conducteur, les passagers du véhicule et les autres usagers : motards, piétons, vélos, enfants...

→ **Plus de 90%** des décisions et des gestes nécessaires à la conduite d'une automobile dépendent des yeux de son conducteur. Au volant les principales fonctions visuelles sont actives : la vision binoculaire gère la profondeur et permet l'appréciation des distances, la vision périphérique permet de surveiller ce qui se passe sur les côtés tout en regardant devant soi, la vision de loin permet d'anticiper et, pour lire son GPS, la vision de près est sollicitée.

→ **20% des 40 millions de conducteurs ont un défaut visuel non ou mal corrigé.**

Ce qui représente 8 millions d'automobilistes parmi lesquels plus d'un million circulent sur les routes avec une vue inférieure aux 5/10^{ème} requis par le code de la route !

→ **Savez vous ce que dit le code de la route ?**

- La vision de loin : l'acuité des deux yeux ensemble doit être supérieure à 5/10^{ème}.
- Le champ visuel horizontal doit être au moins de 120° (60° à droite et à gauche de l'axe visuel).

! **8 MILLIONS**
DE CONDUCTEURS
ONT UN DÉFAUT VISUEL
NON OU MAL CORRIGÉ



vitesse 60 kmH
visibilité → 47m

Bien voir pour bien vivre !

Dans ce monde d'images qui est le nôtre la vue est un bien précieux qui doit être contrôlé régulièrement.

Notre vue évolue, il y a des rendez-vous à ne pas manquer, une "hygiène de vue" à observer et des signaux d'alerte à ne surtout pas négliger !

**La vue à partir de 40 ans :
une vigilance nécessaire !**

A partir de 40 ans, même en l'absence d'anomalies visuelles antérieures, les premiers signes de presbytie apparaissent. A l'approche de la soixantaine, certaines pathologies liées au vieillissement peuvent se développer. Il est donc nécessaire de redoubler de vigilance.

! **500 000 FRANÇAIS**
ONT UN GLAUCOME SANS
LE SAVOIR ET RISQUENT
DE PERDRE LA VUE

→ **Le Glaucome principale cause de cécité en France**

Cette maladie est particulièrement dangereuse car elle s'installe insidieusement, sans aucune douleur, ni aucun troubles de la vision au début de son évolution. La pression à l'intérieur de l'oeil augmente progressivement, ce qui entraîne des lésions graves et définitives du nerf optique. Elle se manifeste le plus souvent quand elle a déjà occasionné des atteintes irréparables du champ visuel. Il faut donc détecter le glaucome précocement, par un bilan ophtalmologique, afin d'arrêter son évolution. A partir de 40 ans, chacun devrait surveiller sa tension oculaire et vérifier son champ visuel. Un dépistage systématique, à partir de cet âge, éviterait la cécité à de très nombreux français.

En savoir plus sur la santé visuelle : www.asnav.org

distance 5m30
lecture → réduite



! 25% DES ÉLÈVES DE PRIMAIRE ONT UN TROUBLE VISUEL !

Livre, tableau noir, écran d'ordinateur... la scolarité exige de grandes capacités visuelles. Lire, c'est identifier des lettres, c'est aussi reconnaître des mots. La lecture comme l'écriture impliquent un déplacement du regard rapide et régulier ce qui nécessite des mouvements bien coordonnés des deux yeux et une perception nette des lettres.

→ Pour bien apprendre, il faut bien voir !

De nombreuses études ont démontré la corrélation entre les difficultés d'apprentissage de la lecture et les anomalies de la vision. Ces études montrent aussi que les enfants qui avaient un trouble de la vision, même léger, retrouvaient les performances de lecture des écoliers sans défaut visuel dès qu'ils étaient corrigés. Ne l'oubliez pas : d'une bonne vision peut dépendre la réussite scolaire !

→ Le savez vous ?

L'astigmatisme est un défaut souvent ignoré et pourtant à l'origine de nombreuses difficultés scolaires. L'enfant astigmate a une vision floue quelle que soit la distance et voit "déformé" de loin comme de près, la vision est imprécise et certaines lignes sont dédoublées. Il ne perçoit pas nettement les contrastes entre les lignes verticales, horizontales ou obliques. En regardant un T, par exemple, l'enfant va voir nettement la barre horizontale et voir floue la barre verticale. La reconnaissance des lettres et des chiffres, et donc l'apprentissage de la lecture en seront très perturbés. Le symptôme le plus fréquent est la fatigue oculaire, souvent due aux petits astigmatismes. Une fois détecté l'astigmatisme se corrige facilement au moyen de verres qui rétablissent une image correcte.

L'évaluation des capacités visuelles chez l'opticien

L'ASNAV organise, chaque année au mois d'octobre, les Journées de la Vision. Pendant une semaine dans toute la France, 6000 opticiens partenaires de l'ASNAV réalisent gratuitement une évaluation des capacités visuelles. En tant que professionnel de la vue, l'opticien est à même de réaliser de nombreux tests, en particulier la mesure de l'acuité visuelle. Il mesure l'acuité visuelle en testant la vision de loin et la vision de près pour chacun des deux yeux (acuité monoculaire), et les deux yeux ensemble (acuité binoculaire). Si l'acuité visuelle n'est pas suffisante, l'opticien indique s'il s'agit d'une amétropie (myopie, astigmatisme, hypermétropie) ou, aux alentours de 40 ans, si la presbytie commence à s'installer.

Il peut également réaliser des tests complémentaires en fonction de sa pratique professionnelle quotidienne.

→ Carton rouge ou carton vert ?

Si l'issue du test est satisfaisante (acuité binoculaire minimale de 5/10^{ème}, et l'une des deux acuités monoculaires de 8/10^{ème} au moins), l'opticien vous remet un carton vert tout en vous rappelant qu'il est nécessaire de faire contrôler régulièrement sa vision. Dans tous les autres cas, il vous remet un carton rouge vous incitant à vous rendre le plus rapidement possible chez un ophtalmologiste pour un examen visuel approfondi. Ces cartons, symboles du résultat de l'évaluation, ne constituent en aucun cas un diagnostic qui ne peut être fait que par un médecin.

→ Pour en savoir plus


L'Asnav édite des brochures et des dépliants d'informations sur tous les thèmes de la santé visuelle, vous pouvez les télécharger sur les sites

www.asnav.org

www.journeesdelavision.info

ASSOCIATION
NATIONALE
POUR L'AMELIORATION
DE LA VUE
ASNAV

ASNAV
185, rue de Bercy
75579 Paris Cedex 12



**vosre vue
est un bien
précieux**

ASSOCIATION
NATIONALE
POUR L'AMELIORATION
DE LA VUE
ASNAV

partenaire de l'ASNAV

RMC
INFO TALK SPORT