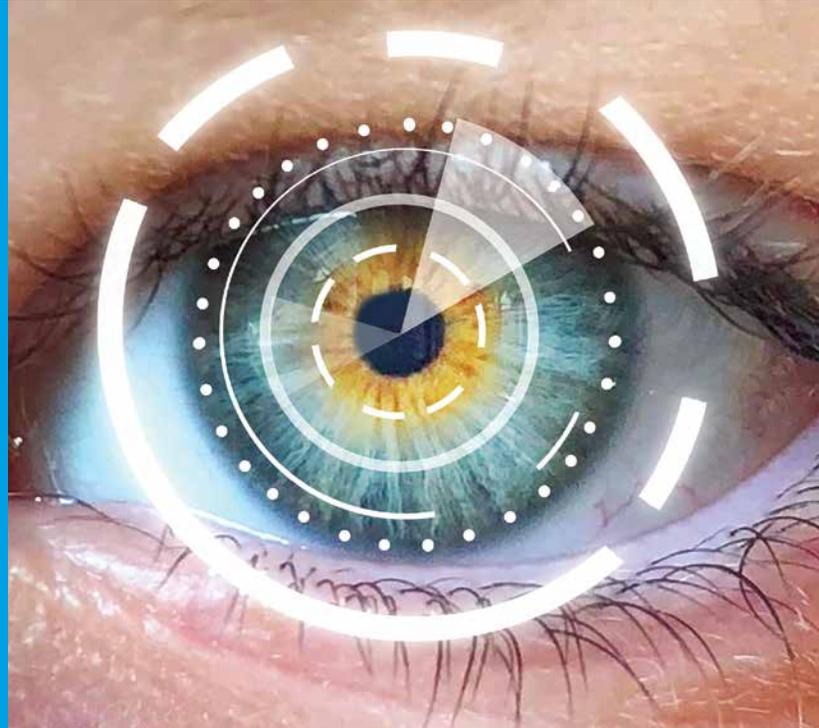


■ CATARACTES



VAINCRE
LA CÉCITÉ
CANADA

Les cataractes sont la première cause de perte de vision au Canada. Avec l'âge, le cristallin de l'œil (situé derrière la pupille) peut se troubler et former une cataracte. Il s'agit d'un phénomène normal du vieillissement, et la majorité des gens développent une cataracte au cours de leur vie. Dans un premier temps, les symptômes peuvent passer inaperçus ou se déclarer dans un œil puis l'autre. En général, on traite la cataracte au moyen d'une opération chirurgicale. La chirurgie constitue une façon sûre et efficace de soigner les cataractes.



■ SYMPTÔMES

Les symptômes varient en fonction du type de cataracte. Un médecin peut détecter une cataracte lors d'un examen oculaire de routine avant que le patient présente des symptômes.

Symptômes les plus courants :

- Vision trouble, floue ou double
- Vision nocturne difficile
- Sensibilité aux lumières vives
- Perception de cercles (halos) autour de certaines sources de lumière
- Incapacité à reconnaître certaines couleurs

■ FACTEURS DE RISQUE

Le risque de développer des cataractes augmente avec l'âge. Certains problèmes de santé et comportements peuvent aussi accroître le risque de cataractes :

- Diabète
- Obésité
- Exposition au soleil
- Consommation de tabac
- Hypertension artérielle
- Blessure à l'œil
- Opération de l'œil
- Usage prolongé de médicaments stéroïdiens
- Excès d'alcool
- Autres maladies génétiques propices aux cataractes (comme la rétinite pigmentaire)

Vaincre la cécité Canada est le premier bailleur de fonds privé de la recherche en santé de la vision au Canada. Nous donnons de l'espoir aux Canadiennes et Canadiens en ciblant les recherches les plus prometteuses, susceptibles d'aboutir à des traitements et à la guérison des maladies occasionnant la cécité.

PRÉVENIR LA PERTE DE VISION GRÂCE À DES HABITUDES SAINES

Adopter des habitudes saines est important pour protéger votre vue.

Mode de vie Adoptez des habitudes saines, notamment en mangeant équilibré et en pratiquant une activité physique régulière. Surveillez votre tension artérielle. Si vous fumez, envisagez d'arrêter. Portez des lunettes de soleil à l'extérieur.

Éducation Renseignez-vous au sujet de votre maladie, de vos symptômes et des traitements existants. Plus vous serez informé, plus vous aborderez votre état avec confiance.

Traitement Si votre médecin vous a recommandé une opération de la cataracte, faites-lui part de vos questions et préoccupations. Examinez attentivement les instructions qui vous seront fournies avant et après l'opération.

ÉVALUEZ VOTRE RISQUE DE PERTE DE VISION

Munissez-vous de ce document lors de votre prochain examen oculaire (p. ex. optométriste, ophtalmologiste). Rédigez à l'avance vos questions et demandez à votre médecin de vous expliquer toute réponse que vous jugez imprécise.

Facteurs de risque	Mes notes	Questions pour mon médecin
Examen	Mon dernier examen oculaire remonte à :	
Changements du côté de ma vision	J'ai remarqué ces changements du côté de ma vision :	
Tension artérielle	La dernière fois que j'ai mesuré ma tension, elle était de :	
Changements de mode de vie	Au cours des trois derniers mois, j'ai changé (alimentation, activité physique, médicaments) :	
Autres symptômes	J'ai remarqué ces éléments concernant ma santé :	

Pour de plus amples renseignements au sujet des cataractes, consultez fightingblindness.ca/cataracts