

Dégénérescence maculaire liée à l'âge



VAINCRE
LA CÉCITÉ
CANADA

La dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA) est due à une altération de la macula – le centre de votre rétine, siège de la vision centrale. Au fil du temps, elle peut engendrer une perte de vision, et en constitue même la cause principale chez les personnes de plus de 60 ans. Les premiers stades de la maladie sont parfois asymptomatiques, d'où l'importance de passer régulièrement un examen de la vue même si vous ne constatez aucune baisse de votre acuité visuelle.



QU'EST-CE QUE LA DMLA SÈCHE?

En vieillissant, votre macula s'atrophie. Quelquefois, de petits dépôts de graisse, appelés druses, s'accumulent et endommagent la macula, entraînant une perte de vision. La DMLA sèche est la forme la plus courante de la maladie. À l'heure actuelle, il n'existe aucun traitement contre la DMLA sèche. En revanche, un mélange de vitamines, connu sous le nom de formule AREDS, s'avère efficace chez certains patients.

QU'EST-CE QUE LA DMLA HUMIDE?

À mesure que la macula s'atrophie, les vaisseaux sanguins qui l'irriguent peuvent se dilater jusqu'à atteindre une taille anormale. Si ces vaisseaux se rompent, du sang et du liquide s'écoulent dans l'œil, occasionnant une DMLA humide. La maladie peut se traduire par une vision floue, mais aussi endommager les cellules de l'épithélium pigmentaire rétinien, chargées de nourrir les cellules de la macula. Ces lésions sont alors susceptibles de provoquer une perte permanente de la vision. Afin de traiter la DMLA humide, on injecte généralement au patient un médicament qui ralentit la croissance des vaisseaux sanguins (traitement anti-VEGF).

Une vision floue constitue généralement l'un des premiers symptômes de la maladie. Grâce au **test d'Amsler**, vous êtes en mesure de détecter des distorsions dans votre champ visuel. **Pour recevoir gratuitement votre test, écrivez-nous à info@fightingblindness.ca.** Mettez la grille sur votre réfrigérateur et contrôlez régulièrement votre vision pour repérer au plus vite tout changement suspect.

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.

DES HABITUDES SAINES POUR PRÉVENIR LA PERTE DE VISION

- Surveillance** Prêtez attention à tout changement de votre vision ou à l'aggravation de vos symptômes. Faites régulièrement le test d'Amsler afin de déceler tout signe inhabituel.
- Rendez-vous** Voyez régulièrement votre ophtalmologiste pour suivre l'évolution de votre vision. Si vous recevez des injections ou d'autres traitements, ne manquez aucun rendez-vous. En cas d'empêchement, appelez votre médecin afin de le reporter. Ne prenez pas vos rendez-vous et votre traitement à la légère. Votre vision pourrait en subir les conséquences à long terme. Discutez avec votre médecin si vous craignez que la pandémie de COVID-19 ne vous fasse rater des consultations.
- Traitement** Prenez tous vos médicaments, y compris vos vitamines, tels qu'ils vous ont été prescrits par votre médecin.
- Mode de vie** Adoptez des habitudes de vie saines, par exemple une alimentation équilibrée et un mode de vie actif. Si vous fumez, envisagez d'arrêter. Consultez votre médecin avant de commencer un nouveau régime alimentaire ou une nouvelle activité physique ou si vous avez besoin d'aide pour abandonner la cigarette.
- Éducation** Renseignez-vous sur votre maladie, ses symptômes et les traitements existants. Plus vous en saurez sur la DMLA, plus vous gérerez la situation avec confiance.

Si vous souffrez d'une DMLA sèche, discutez avec votre médecin de la pertinence d'un supplément de vitamines. Si vous souffrez d'une DMLA humide, renseignez-vous sur le traitement qui vous sera administré.

ÉVALUEZ VOTRE RISQUE DE SUBIR UNE PERTE DE VISION

Apportez ce document lors de votre prochain examen de la vue (par exemple, chez l'optométriste ou chez l'ophtalmologiste). Notez vos questions à l'avance et demandez à votre médecin de vous expliquer toute réponse qui vous semble obscure.

Facteurs de risque	Mes notes	Questions pour mon médecin
Rendez-vous	Mon dernier examen de la vue ou ma dernière injection a eu lieu le :	
Signes de changement de la vue à vue	Concernant ma vue, j'ai constaté les signes de changement suivants :	
Tension artérielle	Ma plus récente tension artérielle était de :	
Autres symptômes	Concernant mon état de santé, j'ai relevé les éléments suivants :	

Pour toute question sur la DMLA, contactez la ligne d'information sur la santé de VCC par téléphone au **1 888 626-2995** ou par courriel à healthinfo@fightingblindness.ca.