



Fiche d'Information sur la Dégénérescence Maculaire Liée à l'Âge

Qu'est-ce que la Dégénérescence Maculaire Liée à l'Âge (DMLA) ?

La Dégénérescence Maculaire Liée à l'Âge (DMLA) est une affection oculaire courante qui affecte la macula - la partie de votre œil qui vous aide à voir les détails fins au centre de votre vision. Elle se développe généralement après l'âge de 50 ans et est plus fréquente chez les personnes ayant des membres de leur famille qui en ont souffert. La DMLA peut rendre la lecture, la reconnaissance des visages ou la conduite plus difficiles.

Types de DMLA

Il y a deux principaux types :

- DMLA sèche (le type le plus courant)

Ceci se produit lorsque la partie de votre œil qui vous aide à voir clairement au centre de votre vision s'use lentement avec le temps. Cela peut rendre la lecture, la reconnaissance des visages ou la perception des détails fins plus difficiles.

- DMLA humide (moins courante, plus sérieuse)

Ceci se produit lorsque de nouveaux vaisseaux sanguins malsains se développent à l'arrière de l'œil et fuient du liquide ou du sang. Cela peut provoquer une perte plus rapide de la vision si elle n'est pas traitée.

Quels sont les Symptômes ?

- Vision floue ou brouillée au centre
- Les lignes droites peuvent paraître courbées ou ondulées
- Problèmes de lecture ou de reconnaissance des visages
- Une tache sombre ou vide au centre de votre champ de vision

Votre vision périphérique (sur le côté) n'est généralement pas affectée. La DMLA commence souvent sans symptômes, donc des examens oculaires réguliers sont importants pour un diagnostic précoce.



Qui est à risque ?

Vous êtes plus susceptible de développer la DMLA si vous :

- Avez plus de 50 ans
- Fumez
- Avez des antécédents familiaux de DMLA
- Avez une hypertension artérielle ou une maladie cardiaque
- Avez un régime alimentaire pauvre (faible en légumes à feuilles et en vitamines)
- Passez beaucoup de temps au soleil sans lunettes de soleil

Comment est-ce Diagnostiqué ?

Votre ophtalmologue peut effectuer :

- Un examen oculaire avec dilatation pour examiner la macula à l'arrière de votre œil
- Un scan de votre rétine (l'arrière de votre œil)

Options de Traitement

Il n'existe pas de remède pour la DMLA, mais un traitement peut ralentir sa progression et vous aider à conserver votre vision.

Pour la DMLA sèche :

- Adoptez un régime alimentaire sain avec des légumes à feuilles et du poisson
- Prenez des vitamines pour les yeux (avec la formule AREDS2) si votre médecin le recommande
- Arrêtez de fumer
- Portez des lunettes de soleil avec protection UV

Pour la DMLA humide :

- Même recommandations que pour la DMLA sèche, plus :
- Recevez des injections oculaires pour arrêter les fuites des vaisseaux sanguins
- Un traitement au laser est parfois utilisé



Vivre avec la DMLA

- Allez à des examens oculaires réguliers
- Utilisez un bon éclairage, des loupes, ou des appareils électroniques comme des tablettes pouvant ajuster la taille du texte et la luminosité pour vous aider à lire
- Utilisez une grille d'Amsler à domicile pour vérifier les modifications de votre vision
- Informez-vous sur les programmes de réadaptation visuelle pour vous aider à vous adapter

Questions Fréquemment Posées

Q : La dégénérescence maculaire peut-elle causer la cécité ?

R : La DMLA peut entraîner une perte de la vision centrale, mais elle ne conduit généralement pas à la cécité totale.

Q : Les injections oculaires font-elles mal ?

R : La plupart des gens ne ressentent qu'une légère pression. Votre œil est anesthésié avant l'injection.

Q : Les lunettes corrigeront-elles la perte de vision ?

R : Les lunettes ne corrigent pas la perte de vision due à la DMLA. Elles peuvent aider un peu, mais elles ne ramèneront pas la vision affectée par la DMLA.

Ce document a été révisé par le Dr Steve Arshinoff.