

LA SANTÉ D'ici

EGLANTINE GRIGIS

# SYNDROME D' Sortez moucho

Le point sur la sécheresse oculaire, symptôme qui touche 4 millions de Français

## Les SYMPTOMES de la sécheresse oculaire

Cette maladie touche les larmes et la surface de l'œil. Elle entraîne un inconfort et perturbe la vision. Elle se traduit par un œil sec, rouge, une sensation de grains de sable, de brûlure, des démangeaisons, une sensibilité à la lumière, une fatigue oculaire, un larmolement réflexe... Environ 4 millions de Français souffrent de ce symptôme, qui augmente avec l'âge, car les facteurs hormonaux (ménopause, andropause) ont un impact sur sa survenue.

## Quelle est son ORIGINE...

Pour bien cerner les causes de ce trouble, il faut différencier la sécheresse des yeux par évaporation (85 % des cas) de celle par déficience aqueuse. Dans les deux cas, les symptômes sont les mêmes, mais les causes, elles, diffèrent. Le premier trouble est dû à un dysfonctionnement des glandes de Meibomius. Quant au second, il apparaît lorsque les glandes lacrymales sont altérées. Cette altération peut être d'origine mécanique (canal lacrymal obstrué...) ou médicamenteuse (Roaccutane®, antidépresseurs, antihistaminiques...). Plus rarement, les yeux secs sont dus à une maladie comme le syndrome de Gougerot-Sjögren, une affection chronique auto-immune. Dans tous les cas, le port de lentilles aggrave souvent les yeux secs.

## Le film lacrymal, c'est quoi ?

Recouvrant la cornée et la conjonctive, il se compose de trois couches. D'abord, une couche de mucine, qui permet aux larmes d'adhérer à la cornée (surface de l'œil). Puis, une couche formée d'eau, sécrétée par les glandes lacrymales. Cette eau nourrit et protège la cornée. Enfin, la troisième couche contient des lipides (corps gras) qui lubrifient et préviennent l'évaporation de l'eau. Les lipides sont fabriqués par les glandes de Meibomius (une cinquantaine par œil). Le film lacrymal a un rôle essentiel dans la vision. Il a des vertus d'hydratation, de nutrition, de défense immunologique et de protection mécanique.

## Les TRAITEMENTS CLASSIQUES de la sécheresse oculaire ?

Il existe des collyres lubrifiants et des comprimés à prendre par voie orale qui améliorent la sécrétion de larmes. L'ophtalmologiste peut aussi poser des minuscules "clous bouchons" au niveau du point lacrymal inférieur pour éviter que les larmes ne s'éliminent trop rapidement. Par ailleurs, l'hygiène des paupières est essentielle : chez soi, on pose des compresses chaudes sur ses yeux (ou on utilise des lunettes chauffantes), puis l'on se masse les paupières.

# E L'ŒIL SEC

## VOS irs!

ulaire, un  
ns de Français!

### Mon ordi et moi

Quand on travaille sur écran, on a tendance à cligner six fois moins des yeux! Or, moins on cligne des yeux, plus on dessèche sa cornée. Conséquences : des picotements et des larmes réflexes. Pour éviter cet inconfort, pensez à bien cligner des yeux toutes les heures. Effectuez ces exercices simplissimes. *Primo*, fermez puis ouvrez vos paupières une dizaine de fois. *Secundo*, même exercice, mais cette fois-ci en fermant fortement vos paupières, en fronçant les sourcils (dix fois). Si vous avez tout de même les yeux qui piquent, instillez quelques gouttes de collyre lubrifiant dans chaque œil, matin et soir.

### DIAGNOSTIQUER et TRAITER les yeux secs

Depuis trois ans, deux appareils sont apparus sur le marché pour diagnostiquer et traiter la sécheresse oculaire par insuffisance lipidique. Le diagnostic est réalisé avec un appareil **LipiView®** qui permet de mesurer et d'observer la couche lipidique grâce aux reflets d'une lumière blanche projetée sur la cornée. Il analyse aussi le clignement. Cet examen, non douloureux, ne prend que quelques minutes. Il est associé à un examen ophtalmologique complet qui est pris en charge par l'assurance-maladie. Si le diagnostic est confirmé, l'ophtalmologiste procède au traitement. Ce dernier est réalisé avec un système à pulsations thermiques, le **LipiFlow®**, qui désobstrue les glandes de Meibomius, afin de réguler la production de lipides. L'appareil réalise un massage chauffage des paupières de façon ciblée. Indolore, le traitement dure une douzaine de minutes.

### Qu'attendre du **LIPIFLOW®**?

**Dans 85 % des cas, les patients traités voient leur inconfort diminuer.** Comme leurs symptômes sont moins sévères, ils prennent moins de médicaments (collyres et comprimés). Une seule séance suffit pour obtenir des résultats. Les bénéfices thérapeutiques durent environ neuf à dix mois. On peut renouveler les séances, puisque le traitement (environ 1200 euros la séance, non pris en charge par l'Assurance-maladie) n'a aucun effet secondaire. Actuellement, il est proposé dans cinq centres privés\* (Paris, Marseille, Strasbourg, Thionville et Nancy), mais devrait être disponible dans d'autres centres d'ici à la fin de l'année. Il est réservé aux patients qui ressentent une gêne modérée à sévère, que les traitements classiques ne parviennent pas à soulager ou qui souhaitent alléger leurs traitements. ●

\*Liste des centres sur [www.lipiflow.com](http://www.lipiflow.com)

Merci au Dr Catherine Albou-Ganem, chirurgien-ophtalmologiste à Paris