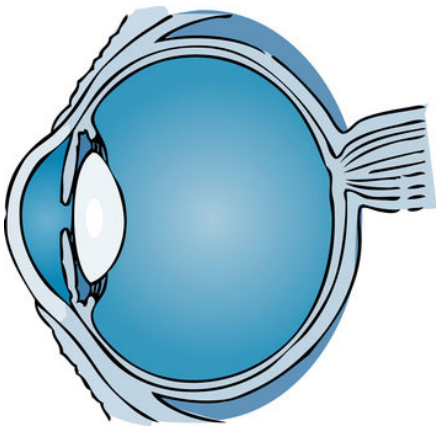


Cataracte

Juste derrière notre pupille se trouve une lentille souple, sorte d'autofocus naturel, qui nous permet d'ajuster notre vision à toutes les distances: c'est le **crystallin**.

Une **cataracte** s'installe lorsque le cristallin, cette petite lentille située juste derrière la pupille, perd de sa transparence et s'opacifie.



Lire le [résumé](#).

Dès lors, les rayons lumineux ne parviennent plus aussi bien à la rétine.

Dans l'œil, la mise au point de l'image devient moins bonne.

La qualité de la vision baisse, la perception des objets se fait plus **floue**, les **couleurs semblent s'atténuer dans le brouillard**, leur perception se fait plus fade.

Progressivement, la vue devient plus embrouillée ou plus obscurcie. La myopie augmente et nécessite de changer de verres ou de lentilles plus fréquemment.

Les lumières vives éblouissent davantage, ce qui est souvent gênant pour la conduite automobile le soir.

En latin, le mot « *cataracta* » signifie chute d'eau: le trouble de la vision appelé cataracte donne l'impression de voir comme à travers une cascade...

Bon à savoir : un simple examen externe de l'œil permet à

l'ophtalmologue de poser le diagnostic de cataracte.

Les formes diverses de la cataracte

La cataracte est une affection indolore. Ce trouble de la vision frappe hommes et femmes à égalité.

Le plus souvent, la **cataracte se développe lentement**, parallèlement au processus normal de vieillissement. A un stade avancé de la maladie, la vision peut se limiter à la perception de la lumière et entraîner ainsi une baisse de la qualité de vie.

Une cataracte peut également survenir en raison

- de certaines maladies (en particulier le diabète, s'il est mal contrôlé),
- de la prise de certains médicaments (notamment des corticoïdes)
- d'une exposition trop forte à des doses de radiations ou à des rayons ultra-violet (liés, par exemple, au soleil)
- des infections internes de l'oeil (par exemple une uvéite chronique)

Il existe également des formes rares de cataracte congénitale, présente dès la naissance, chez des bébés souffrant de maladies génétiques ou d'anomalies chromosomiales (comme la trisomie 21) ou chez des nouveau-nés qui ont été infectés, au cours de la grossesse par une maladie infectieuse comme la rubéole, la toxoplasmose, l'herpès...

Enfin, une blessure à l'œil, suite à un coup, à une coupure, à l'exposition à une chaleur intense, est également susceptible de provoquer ce trouble de vision.

Feu orange : les personnes qui souffrent de glaucome, d'une forte myopie, d'un décollement de la rétine sont plus à risques que les autres de développer une cataracte.

Des pistes pour prévenir la cataracte

Le **tabagisme** endommage les protéines du cristallin, il est donc à proscrire, tout comme l'excès régulier d'alcool.

Il importe également de toujours bien **protéger ses yeux contre les rayons du soleil**.

Par ailleurs, certains travaux montrent un lien entre la cataracte et des déficits en certaines vitamines et minéraux, comme la vitamine C et la vitamine E, le sélénium et le bêta-carotène. Tous ces éléments sont fournis par une **alimentation comportant des fruits et des légumes**.

Cataracte: la solution chirurgicale

Aucun traitement médicamenteux ne peut guérir la cataracte.

En revanche, les progrès de la **chirurgie** ophtalmologique permettent aujourd'hui l'**ablation du cristallin opacifié** et son remplacement par une **lentille artificielle**.

Cette opération se pratique couramment chez des personnes âgées, et même très âgées.

Mais elle n'est pas nécessaire si la vision reste suffisamment bonne et permet de maintenir normalement les activités.

Après une **anesthésie locale** (avec des gouttes), une minuscule incision est pratiquée à travers la cornée pour introduire une sonde à ultrasons capable de liquéfier les protéines du cristallin. Ce dernier est alors aspiré par la sonde. La cavité est soigneusement nettoyée puis le chirurgien y insère – toujours par le même minuscule orifice – une lentille souple ou rigide, selon les cas. L'ensemble de la procédure dure une trentaine de minutes. Chaque œil est traité séparément, car la cataracte ne progresse pas toujours à la même vitesse dans les deux yeux.

Après l'opération, des soins à base de gouttes oculaires (antibiotiques, cortisone) sont nécessaires, pendant 2 à 4 semaines généralement.

La **guérison est complète** et la vue restaurée rapidement, en quelques semaines au plus, dans plus de 90 % des cas. Comme toute opération, celle de la cataracte comporte quelques risques d'effets secondaires (infection, décollement de la rétine, hémorragie).

Bon à savoir : en cas de récurrence de cataracte quelques années après une intervention, une correction au laser peut être pratiquée.

◆ La cataracte est causée par une perte de la transparence du cristallin (petite lentille) que nous avons dans l'oeil.

◆ Elle se manifeste par une vision plus floue, par un éblouissement accru face à une source lumineuse (soleil par exemple), par une fadeur des couleurs (« brouillard » devant les yeux).

◆ Le traitement est chirurgical. Généralement, une anesthésie locale est suffisante et la guérison est complète.

Photo © Icons Jewelry

Mise à jour 13/07/2021

Référence

Cataracte. Article ID: ebm00831(037.033). www.ebmpracticenet.be. Site réservé aux médecins.