

# CATARACTE Quand la vue se trouble...

**Dans notre pays, la cataracte figure en tête de liste des maladies oculaires les plus fréquentes. Avec 100.000 interventions par an, c'est également l'une des opérations les plus courantes.**

PETER VAN DYCK/KR

**L**a lentille qui permet à notre œil de focaliser les rayons lumineux pile sur notre rétine s'appelle le cristallin. Elle est suspendue juste derrière notre pupille et réfracte donc tous les rayons qui la franchissent. Avec l'âge, les protéines contenues dans les cellules de l'enveloppe du cristallin vont peu à peu s'oxyder; par conséquent celui-ci va perdre sa transparence, comme une fenêtre dont la surface devient sale. Ce qui se traduit par une impression de « voir trouble ». Le mot cataracte signifie d'ailleurs aussi « chute d'eau » car pour les anciens, cette maladie donnait l'impression de regarder à travers un ruissellement d'eau.

Comme le phénomène débute en général au centre du cristallin, la gêne est la plus forte par plein soleil. En effet, bien que notre

pupille se resserre sous l'effet d'une forte luminosité, les rayons qui la traversent vont être diffusés en tous sens par la lentille trouble; du coup, l'éblouissement sera plus marqué. « *Il y a fort à parier que toutes ces personnes âgées qui se promènent avec une casquette de baseball en été souffrent de cataracte* », commente le Pr Peter Stalmans, ophtalmologue à l'hôpital universitaire de Louvain.

En outre, non seulement la cataracte opacifie les fibres du cristallin, elle les fait aussi gonfler. « *L'une des conséquences caractéristiques de ce phénomène est l'apparition d'une myopie*, poursuit le Pr Stalmans. *Lorsqu'un ou une septuagénaire globalement en parfaite santé vient me dire 'c'est curieux, moi qui étais autrefois hypermétrope, je vois maintenant mieux de près que de*

*loin', je sais à quoi m'en tenir. Pendant bien longtemps, ces patients présentant une myopie révélatrice d'une cataracte se sont simplement vu prescrire une nouvelle paire de lunettes à intervalles réguliers; aujourd'hui, nous leur expliquons que, si le port de verres correcteurs n'est évidemment pas exclu, une opération de la cataracte leur apporterait une solution plus définitive.* »

## Des causes variées

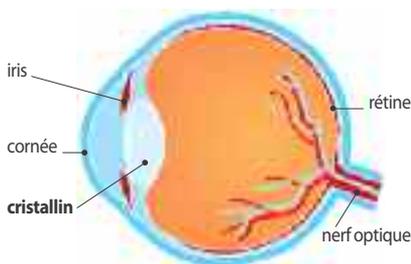
Après 75 ans, la survenue progressive d'une cataracte liée à l'âge est inéluctable. Et, vieillissement de la population aidant, le nombre de personnes atteintes ne cesse d'augmenter. La vision ne se trouble toutefois pas uniquement sous l'effet de l'âge; parmi les autres coupables, citons par exemple la prise prolongée de cortisone (surtout en comprimés).

Par ailleurs, tout ce qui peut affecter directement ou indirectement le cristallin est susceptible d'induire une cataracte. Parmi les facteurs indirects, citons par exemple l'exposition aux rayons ultraviolets ou à des

radiations comme celles utilisées dans le traitement d'une tumeur cérébrale. Les dégâts peuvent également avoir une source beaucoup plus directe, par exemple lorsque l'œil est percuté par une balle de tennis ou de squash; les effets – vision trouble du côté touché suite à l'apparition d'une cataracte – ne se manifesteront parfois que 5 ou 10 ans plus tard. « *C'est pourquoi, en cas d'accident lié à la pratique sportive, je recommande donc toujours de préciser, sur les documents destinés à la mutuelle, que des complications tardives ne sont pas à exclure* », précise Peter Stalmans. Une telle évolution lente mais régulière est d'ailleurs caractéristique de la cataracte. « *On peut parler d'effet boule de neige; ce n'est qu'après un certain temps que le problème devient apparent. Mais il peut aussi s'aggraver de façon soudaine, comme lorsque la boule de neige provoque une avalanche...* »

### Vitamines et antioxydants?

C'est l'oxydation des protéines qui provoque « l'usure » de notre organisme; divers antioxydants, notamment des vitamines, sont donc assez logiquement recommandés en vue d'améliorer l'état général – et, suivant ce même raisonnement, ces substances seraient également en mesure de ralentir l'évolution de la cataracte. « *Cela ne peut évidemment pas faire de tort, concède Peter Stalmans. D'un point de vue strictement technique, il est d'ailleurs tout à fait exact que les vitamines sont en mesure de contrer certains processus de vieillissement... mais personnellement, je doute fort que cet effet soit spectaculaire en ce qui concerne la cataracte. Et en tout cas, il n'a jamais fait l'objet de recherches sérieuses.* »



### Une opération élégante

A l'heure actuelle, quelque 100.000 opérations de la cataracte sont réalisées chaque année dans notre pays. Un nombre qui s'explique évidemment par le vieillissement global de la population, mais aussi par des progrès techniques impressionnants.

« *Jusqu'il y a une quinzaine d'années, l'intervention nécessitait une incision de 8 à 10 mm, ce qui n'est pas rien, se souvient le Pr Stalmans. Il fallait ensuite extraire le contenu du cristallin par une ouverture pratiquée à l'avant de la capsule – une opération d'une durée d'une heure et demie qui n'était, de surcroît, pas des plus élégantes. Vu sa complexité, elle n'était donc guère proposée qu'aux patients dont la vision était tombée en dessous de 1 sur 10.* »

Il suffit aujourd'hui d'une incision de 1,8 mm, qui permet d'introduire dans l'œil une sonde creuse produisant des ultrasons. « *Cette sonde, refroidie en continu par un flux de liquide, réduit en poussière la partie dure du cristallin. Les débris sont ensuite éliminés par un système d'aspiration. Nous pouvons alors insérer à sa place une lentille artificielle, introduite par la même minuscule ouverture. Heureusement, il existe actuellement des lentilles en acrylique ou en silicone ultra-flexibles, ce qui permet de les*

*enrouler sur elles-mêmes; elles se déplient une fois introduites dans l'enveloppe vide du cristallin.* »

### De plus en plus tôt

Grâce à cette simplification, la décision de procéder à une opération de la cataracte est aujourd'hui prise beaucoup plus rapidement. Par exemple, on sait que la conduite automobile n'est plus autorisée lorsque la vision tombe en dessous de 5/10; une opération de la cataracte est alors une solution accessible. Mais on peut aussi opérer sans descendre aussi bas dans l'acuité visuelle, par exemple quand la personne perçoit des reflets gênants sur les objets brillants, signe révélateur d'une cataracte à un stade précoce. Certains préconisent alors d'opérer sans attendre pour éviter l'aggravation du problème.

L'opération peut être réalisée en hôpital de jour, car elle ne demande plus d'anesthésie générale et permet un rétablissement très rapide. Est-elle pour autant totalement sans risques? « *D'après les statistiques, l'intervention se solde par une réussite dans 499 cas sur 500, répond le Pr Stalmans. Il est toutefois possible que la capsule du cristallin se déchire au cours de la procédure, ce qui impose une seconde opération. Ce problème ne concerne certes qu'un faible pourcentage des patients, mais il faut néanmoins se garder de banaliser le traitement chirurgical de la cataracte. Je le rappelle toujours à mes patients: il s'agit d'une opération très délicate, qui demande un travail de précision.* » **B**

## Sportifs, protégez vos yeux !

En 2001, *Runner's World*, un magazine s'adressant à un public d'athlètes, publiait des recherches selon lesquelles le risque de cataracte était multiplié par deux chez les **sportifs** qui s'entraînent quotidiennement en plein air sans lunettes de soleil. « *La lumière ultraviolette est un agent oxydant; elle est donc susceptible de provoquer une cataracte, commente l'ophtalmologue Peter Stalmans. Il est d'ailleurs établi que la maladie survient en moyenne plus tôt dans les populations qui vivent sous un climat ensoleillé, et que le risque est moins élevé plus au nord.* »

Si recommander le port de **lunettes de soleil** aux sportifs n'est donc certainement pas une mauvaise idée, l'ophtalmologue invite toutefois à regarder les arguments publicitaires d'un œil critique. « *Les fabricants raffolent de slogans du style 'nos verres bloquent les rayons UV'... alors qu'en réalité, ce n'est pas sorcier! En fait, n'importe quelle paire de lunettes apportera une protection suffisante à cet égard.* »

## Congénital

Il existe également une forme de cataracte congénitale; le cristallin des deux yeux est alors trouble dès la naissance. Dans ce cas, il s'agit d'une maladie **héréditaire**: si la mère en est atteinte, son enfant aura une chance sur deux d'en souffrir également et devra, **à quelques semaines ou mois à peine**, subir une opération. Celle-ci se limitera toutefois à éliminer le cristallin, l'œil du nourrisson étant trop petit pour accueillir un substitut artificiel. L'enfant portera temporairement une **lentille de contact** spéciale, qu'il lui sera impossible de retirer lui-même.