



# Lever le voile sur la cataracte

*La cataracte peut nous  
frapper à tout âge.  
Heureusement, il y a  
la chirurgie et les implants  
oculaires pour nous aider  
à voir clair de nouveau.*

DIANA SWIFT

I l y a trois ans, Christina Galbraith, 63 ans, était en train de faire des courses au Centre Eaton de Toronto en prévision d'une excursion de ski, quand elle a constaté que quelque chose n'allait pas avec son œil gauche. « Moi qui avais toujours eu une excellente vision à distance, je me suis tout à coup rendu compte que j'avais du mal à lire les panneaux indicateurs à l'intérieur du centre commercial et que je ne savais pas très bien où je mettais les pieds quand je montais ou descendais un escalier », de dire cette enseignante de maternelle à la retraite. « Depuis peu, j'avais également l'impression d'avoir dans l'œil un corps étranger mou et voilé. Soupçonnant une allergie, j'ai commencé à mettre des gouttes ophtalmiques dans mon œil gauche, mais sans résultats. »

Deux semaines plus tard, un optométriste expliquait à Christina qu'elle était en train de devenir myope et lui prescrivait des verres correcteurs. Malgré tout, sa vue continuait de se détériorer, au point où il devenait difficile pour Christina de conduire sa voiture et de traverser les rues achalandées. Elle a donc décidé de consulter un autre optométriste, qui a décelé chez elle les premiers signes d'une importante cataracte et qui l'a référée à un ophtalmologiste.

Trois semaines plus tard, l'ophtalmologiste confirmait le diagnostic : une cataracte (opacité au cristallin) à l'œil gauche qui avait mis des années à se développer. Deux mois et demi après la consultation, Christina subissait une chirurgie. « J'ai été agréablement surprise par la rapidité avec laquelle les choses se sont déroulées. Je craignais que le processus soit beaucoup plus long, à commencer par le temps d'attente pour mon premier rendez-vous avec l'ophtalmologiste », de raconter Christina.

## COMMENT SE FORME UNE CATARACTE

Le cristallin est un organe de la taille d'une aspirine situé derrière la cornée et l'iris. Son rôle est de diriger la lumière sur la rétine, c'est-à-dire l'écran, à l'arrière de l'œil, où se forment les images. Le cristallin est constitué de cellules contenant des protéines qui baignent dans un liquide. Avec le temps, il arrive que les protéines s'agglutinent et couvrent le cristallin d'un voile qui entrave le passage des rayons lumineux. Le terme cataracte vient du mot latin cataracta et du mot grec kataraklès qui signifient « chute d'eau » ou « porte qui s'abat ». L'effet de cette opacité sur la vue se compare à celui d'une pellicule graisseuse sur la lentille d'une caméra. Les protéines agglomérées affectent l'acuité des images qui parviennent à la rétine, et tandis que le cristallin, habituellement transparent, prend une couleur blanchâtre ou jaunâtre, la vision se teinte et les couleurs se ternissent. « Tout ce que je regardais avait des nuances de brun, jusqu'à la maison en face de chez moi, qui est pourtant d'un beau bleu vif. C'était encore plus évident quand je couvrais mon œil droit et que je regardais les objets seulement avec le gauche », se souvient Christina.

« La vision n'est pas beaucoup touchée si la cataracte se limite au pourtour du cristallin », de dire le Dr Lorne Bellan, professeur d'ophtalmologie et directeur du département d'ophtalmologie de l'Université du Manitoba à Winnipeg, et président de la Société canadienne d'ophtalmologie, à Ottawa. « Mais si au contraire la cataracte couvre le centre ou la totalité du cristallin, la vision du patient sera affectée. » Une cataracte non traitée donnera à l'œil son aspect laiteux fort caractéristique et cela peut même entraîner la perte de la vue.

## comment prévenir les cataractes

- Ne pas fumer.
- Lors d'une exposition prolongée au soleil, porter des lunettes solaires enveloppantes avec lentilles anti-rayons UV.
- Adopter une alimentation qui favorise la santé oculaire, composée d'aliments riches en bêta-carotène et en vitamines C et E.
- Se soumettre régulièrement à un examen de la vue (une fois tous les deux ans si on est âgé de 60 ans ou plus).



## Si vous venez juste de vous faire opérer pour une cataracte, consultez votre chirurgien dès que possible si :

- vous ressentez une douleur dans les yeux, que vos yeux sont enflés ou qu'un liquide s'en échappe;
- votre vision se détériore ou que vous perdez la vue;
- vous avez des nausées ou des vomissements;
- vous voyez des corps flottants ou des éclairs de lumière;
- vous subissez une blessure à l'œil opéré.

### LES CAUSES DE LA CATARACTE

« Le vieillissement est la première cause de ce type de lésion », d'affirmer le Dr Bellan. L'âge moyen des patients qui subissent une chirurgie de la cataracte est de 74 ans. Quand une cataracte se forme chez les gens qui sont au début de la soixantaine ou plus jeunes encore, la cause est souvent d'origine génétique. Dans le cas de Christina, sa grand-mère avait développé une cataracte dans la soixantaine. Selon la Société canadienne d'ophtalmologie, il arrive que des gens aussi jeunes que 40 ans souffrent d'une cataracte liée au vieillissement. Enfin, dans le cas de nouveau-nés atteints de cataracte, la lésion est attribuable à une infection prénatale ou à l'hérédité.

D'autres facteurs de risque sont associés aux cataractes, comme les corticostéroïdes oraux, l'exposition excessive au soleil ou encore au tabagisme. Les blessures oculaires causées par un choc ou une piqûre ou par l'exposition à une chaleur intense ou à des produits chimiques peuvent favoriser l'apparition de ces lésions. Certaines

infections et certaines maladies comme le diabète peuvent aussi être à l'origine d'une cataracte. Selon la Société canadienne d'ophtalmologie, des chercheurs ont émis l'hypothèse qu'une consommation excessive d'alcool pourrait favoriser l'apparition de cataractes.

### LE TRAITEMENT DE LA CATARACTE

Généralement, on n'opère pas les gens qui ont une cataracte périphérique qui n'affecte pas la vision. Par contre, si la cataracte occupe le centre du cristallin ou qu'elle le couvre entièrement, on procédera à l'ablation chirurgicale du cristallin affecté, qui sera remplacé par un cristallin artificiel. Les gouttes ophtalmiques, les médicaments, les régimes alimentaires et l'exercice physique n'ont pas le moindre effet sur une cataracte. « Le traitement des cataractes a fait des progrès remarquables depuis l'arrivée des cristallins artificiels implantables », de dire le Dr Bellan. « Autrefois, les gens opérés d'une cataracte devaient porter des verres aussi épais que des fonds de bouteille, comme ce fut le cas pour le comédien George Burns. »

### LE DÉROULEMENT DE LA CHIRURGIE

À l'aide d'instruments de précision, l'ophtalmologiste procède d'abord à un examen de l'œil, afin de déterminer avec exactitude le type de cataracte ainsi que sa taille et son emplacement. Le spécialiste prend ensuite les mesures destinées à établir la puissance de la lentille à implanter. « Pendant l'examen, nous mesurons la longueur axiale de l'œil et la courbure de la cornée », d'expliquer le Dr Susan Lindley, ophtalmologiste au Centre universitaire de santé McGill à Montréal.

Dans le cas de Christina, comme l'œil affecté était celui de la focalisation à distance, l'ophtalmologiste a commandé pour sa patiente une lentille monofocale



## êtes-vous à risque de développer une cataracte ?

- Avez-vous parfois la vue embrouillée, sans pour autant ressentir de douleurs ?
- Vous arrive-t-il de voir double d'un seul œil ?
- Vos yeux deviennent-ils plus sensibles à la lumière ?
- Vous arrive-t-il plus fréquemment d'être ébloui, par exemple quand vous conduisez le soir ?
- Avez-vous dû changer plus souvent la prescription de vos lunettes au cours des dernières années ?
- Avez-vous besoin de rapprocher davantage les objets quand vous lisez ou que vous effectuez un travail de près ?
- Avez-vous remarqué que l'une de vos pupilles prenait une teinte blanchâtre ou jaunâtre ?

# statistiques sur les cataractes

- Plus de 250 000 chirurgies de la cataracte sont réalisées au Canada chaque année.
- Selon l'estimation, 35 % à 40 % des Canadiens ayant atteint 70 ans développeront une cataracte.
- Plus de 95 % des patients bénéficient d'une vision améliorée après une chirurgie de la cataracte.
- La plupart des gens ayant une cataracte à un œil développeront une lésion à l'autre œil quelques années plus tard.
- Au Canada, le délai acceptable entre le diagnostic d'une cataracte et son traitement par chirurgie a été fixé à 16 semaines. Dans plusieurs provinces, ce temps d'attente est respecté et est parfois moindre.



calibrée pour la vision à distance. On peut aussi se faire implanter une lentille multifocale. Par la suite, Christina s'est préparée pour la chirurgie en mettant des gouttes antibiotiques dans son œil plusieurs jours avant l'opération.

L'opération de la cataracte est une chirurgie sans hospitalisation, d'une durée de 10 minutes, généralement réalisée sous anesthésie locale. À l'aide d'un microscope, le chirurgien pratique une minuscule incision dans la cornée, qui se refermera d'elle-même. Il procède ensuite à l'extraction du cristallin endommagé à l'aide d'un appareil à ultrasons qui retire également les débris. La capsule transparente du cristallin est laissée en place. « Contrairement à la croyance populaire, le chirurgien ne recourt pas au laser pour l'opération de la cataracte, mais cette technologie est parfois utilisée, plus tard, pour brûler les résidus restés dans la capsule », d'expliquer le Dr Bellan. On procède ensuite à la greffe du cristallin artificiel et, si la plaie ne s'est pas refermée suffisamment, le chirurgien la scellera avec un point de suture.

Après la chirurgie, pendant une période d'environ une semaine, le patient doit prendre certaines précautions. Il doit, par exemple, porter jour et nuit un cache-œil de plastique et éviter de mettre l'œil opéré en contact avec de l'eau ou du shampooing. Il doit aussi prendre un antibiotique et un anti-inflammatoire, et éviter de faire des activités physiques trop exigeantes et de soulever des objets lourds. De plus, certains chirurgiens recommandent à leurs patients de ne pas mettre de pression sur l'œil opéré en le couvrant d'un bandage.

## DES RÉSULTATS QUI SE VOIENT !

Pour Christina, la chirurgie a eu des effets immédiats spectaculaires. « Sur le chemin du retour à la maison, même si je portais un cache-œil, je pouvais à nouveau voir loin devant moi », nous dit-elle. « J'ai fait rire mon mari en lisant à voix haute les numéros des plaques d'immatriculation des voitures et les adresses sur la

façade des édifices. » Et les couleurs autour de moi étaient à nouveau si vives ! »

Noël Thomas, 70 ans, a été opéré deux fois pour une cataracte à deux années d'intervalle. Résultat : ce producteur à la radio communautaire de Montréal a pu recouvrer une vision parfaite de 20/20. « J'ai une lentille pour la focalisation de loin dans un œil et une lentille pour la focalisation de près dans l'autre. Je n'ai même plus besoin de lunettes de lecture », nous explique Noël.

Le Dr Lindley, cependant, tient à nuancer. « Les résultats, bien qu'ils ne soient pas totalement garantis, sont excellents dans l'ensemble. » Et le Dr Bellan d'ajouter : « L'infection postopératoire (endophtalmie), qui affecte environ un patient sur 2 000 est ce que nous redoutons le plus. Pendant l'opération, il arrive aussi que la capsule délicate du cristallin laisse échapper des gouttelettes, projetant derrière l'œil des fragments de cataracte. Dans un tel cas, il est parfois nécessaire d'opérer à nouveau pour retirer les fragments. « Je dis à mes patient qu'ils courent un faible risque de 1 % d'avoir à subir une seconde opération », de dire le Dr Lindley. Toutefois, leur risque de souffrir d'un décollement de la rétine est cinq fois plus élevé que chez les gens qui n'ont pas été opérés pour une cataracte. »

Dans certains cas, l'enveloppe capsulaire devient opaque des mois, voire des années après l'intervention. On peut restaurer la vision du patient en pratiquant, à l'aide d'un rayon laser, une ouverture dans la membrane opacifiée.

Chez Christina, un seul problème est survenu : un point de suture qui ne s'était pas dissout et qu'on a dû retirer de son œil un an et demi après la chirurgie. « J'ai pu recommencer à conduire tout de suite après l'opération et je n'ai plus aujourd'hui le moindre problème à voir d'un bout à l'autre du centre commercial ! », nous dit-elle.

Pour en savoir davantage sur la cataracte et sur les autres maladies oculaires, visitez la section française du site Internet de la Société canadienne d'ophtalmologie au [www.eyesite.ca](http://www.eyesite.ca) et cliquez sur Information publique. 