

# Protéger la vision de votre enfant

## Prévoir régulièrement des examens de la vue

Les dépistages visuels de routine, à l'école ou chez le médecin, ne permettent d'identifier qu'un faible pourcentage des problèmes visuels chez les enfants. Tous les enfants devraient subir des examens de la vue complets régulièrement pour les aider à mieux voir et à éliminer de graves problèmes de la vue. Les examens de la vue peuvent même permettre de détecter tôt des problèmes de santé en général, comme le diabète, des troubles neurologiques, des tumeurs cérébrales et certains types de cancers.

## Se renseigner sur les différents types de verres

Votre enfant n'a que deux yeux. Assurez-vous de les protéger contre les dangers, comme les traumatismes, les éblouissements (lumière vive) et l'exposition au soleil.

- **Les verres Transitions<sup>MD</sup>** passent de clairs à l'intérieur à foncés à l'extérieur afin d'aider à optimiser la vision de votre enfant en réduisant les éblouissements et la fatigue oculaire. Les verres *Transitions* bloquent aussi 100 % des rayons UV afin d'aider à protéger la santé oculaire de votre enfant à long terme et à réduire l'exposition à la lumière bleue nocive.

En fait, 9 enfants sur 10 préfèrent les verres *Transitions<sup>MD</sup>* aux verres clairs ordinaires.

- Les verres résistant aux chocs, comme les verres en polycarbonate ou en Trivex<sup>MD</sup>, peuvent aider à protéger votre enfant contre les blessures oculaires qui surviennent pendant la pratique d'un sport.
- Les revêtements antireflets réduisent les reflets qui peuvent empêcher votre enfant de voir clairement ou confortablement.

## Reconnaître les signes

Avoir de la difficulté à voir de près ou à lire au tableau, les mauvaises notes, les maux de tête, les yeux larmoyants ou rouges et le plissement ou le frottement des yeux excessifs peuvent laisser présager que la vision de votre enfant doit être corrigée.

*Trivex* est une marque déposée de PPG Industries Ohio inc.



## PARLER À SON PROFESSIONNEL DE LA VUE

Beaucoup des activités que les enfants font chaque jour peuvent nuire à leur vision. Discutez de ce qui suit :

- Le mode de vie de votre enfant, incluant les sports qu'il pratique ou les activités qu'il fait;
- Les problèmes de santé en général ou les antécédents familiaux;
- Les vitamines ou les médicaments que votre enfant prend, incluant ceux pour une maladie, l'asthme, les allergies ou la dépression.

**Transitions<sup>MD</sup>**  
VERRES ADAPTATIFS<sup>MD</sup>

## Se renseigner sur les différents types de verres qui peuvent améliorer la vision de son enfant aujourd'hui et la protéger toute la vie.

Pour en savoir davantage sur la famille de produits *Transitions<sup>MD</sup>*, visitez **Transitions.com**.

*Transitions*, la spirale et *Verres adaptatifs Transitions* sont des marques déposées de Transitions Optical inc., utilisées sous licence par Transitions Optical limitée. ©2017 Transitions Optical limitée. La réaction photochromique et la polarisation varient en fonction de la température, de l'exposition aux rayons UV et du matériau de fabrication des verres.

KIDSBR17-F

# Les yeux des enfants

## À QUOI S'ATTENDRE

**EN FAIT, 80 % DE CE QUE LES ENFANTS APPRENNENT** au cours des 12 premières années de leur vie passe par leurs yeux

**Les dépistages visuels peuvent rater jusqu'à 60 %** des problèmes graves qu'un examen de la vue peut déceler

L'œil en développement d'un enfant est plus vulnérable aux dommages causés par le soleil (rayons UV et lumière bleue nocive)

## VOICI COMMENT PROTÉGER LA VUE DE VOTRE ENFANT À L'AVENIR

**Transitions<sup>MD</sup>**  
VERRES ADAPTATIFS<sup>MD</sup>



## QU'EST-CE QUI ARRIVE À L'ŒIL?

### Vision et développement infantile

L'enfance représente une période importante du développement des yeux, car plusieurs problèmes visuels y surviennent, comme la myopie et l'hypermétropie, et c'est aussi le moment où on y adopte de saines habitudes oculaires.

Bien que ces problèmes ne mettent pas la vie en danger, ils doivent être identifiés et corrigés tôt pour éviter qu'ils entraînent des conséquences à court et à long terme qui pourraient les suivre à l'âge adulte.

### Mauvaise vue = mauvais rendement

Si les enfants ne voient pas bien, ils ne réussissent pas bien. Les problèmes visuels non diagnostiqués peuvent nuire à leur rendement scolaire. En fait, des millions d'enfants souffrent de problèmes visuels non détectés qui peuvent entraîner des échecs à l'école.

Les enfants aux prises avec un problème visuel peuvent éprouver de la difficulté à faire du sport, manquer de confiance en eux et vivre de la frustration. Les problèmes visuels peuvent même contribuer à des effets secondaires physiques, comme les rougeurs, le larmolement ou les maux de tête.

Les enfants ne savent pas toujours qu'ils ne voient pas bien ou comment expliquer qu'ils voient mal. Par conséquent, il faut s'assurer que les enfants subissent régulièrement des examens de la vue, surtout avant de commencer l'école.



## PROBLÈMES DE SANTÉ OCULAIRE FRÉQUENTS

Discutez avec votre professionnel de la vue pour savoir si les yeux de votre enfant sont à risque.

### Problèmes visuels

Généralement, les problèmes visuels fréquents se traitent facilement à l'aide de lunettes correctrices.

**La myopie**, ou la difficulté à voir de loin, rend difficile la vision des objets éloignés.

**L'hypermétropie**, ou la difficulté à voir de près, rend difficile la vision des objets de près.

**L'astigmatisme** est une condition qui trouble la vision ou rend difficile la vision des menus détails.

### Problèmes de développement de l'œil

Ces problèmes sont plus faciles à traiter quand ils sont dépistés tôt. S'ils demeurent non traités, ils peuvent entraîner des problèmes permanents ou la cécité.

**Le strabisme**, ou les yeux croches, survient quand les muscles des yeux sont incapables de travailler ensemble. La moitié des enfants qui en sont atteints sont nés avec cette condition.

**L'amblyopie** est également appelée « œil paresseux ». Avec l'amblyopie, les problèmes de désalignement ou de mise au point font en sorte qu'un œil devient dominant et que l'autre devient faible ou même aveugle.

### Problèmes de santé en général

**Le diabète** est l'une des maladies chroniques les plus fréquentes chez les enfants. Il peut entraîner de graves problèmes visuels ou la cécité. Chez les enfants, les complications découlant de la rétinopathie diabétique peuvent apparaître plus tôt ou être plus importantes. Les enfants diabétiques peuvent aussi être plus susceptibles d'être atteints de cataractes ou de glaucome à l'âge adulte.

#### SAVIEZ VOUS...

... que l'optométriste est souvent le premier professionnel de la santé à détecter des problèmes comme le diabète?

## RISQUES ENVIRONNEMENTAUX

### Traumatismes

Plus de 40 000 blessures oculaires liées aux sports surviennent chaque année (et elles pourraient presque toutes être évitées avec le bon type de lunettes). Si votre enfant porte des lunettes, renseignez-vous sur les verres qui résistent aux chocs, comme les verres en polycarbonate ou en Trivex<sup>MD</sup>, et envisagez les lunettes enveloppantes ou les lunettes de protection pour les sports de contact.

### Éblouissements

Les éblouissements ou la lumière vive provenant du soleil, de l'éclairage éblouissant à l'intérieur et des écrans numériques peuvent entraîner des troubles de vision, le plissement des yeux, des maux de tête et de la fatigue oculaire. Les verres comme les verres photochromiques ou avec revêtement antireflet protègent contre les éblouissements et peuvent aider à améliorer la qualité de la vision et à maximiser le confort.

### Exposition aux rayons UV (et plus)

Les enfants passent plus de temps à l'extérieur que les adultes, et puisque leurs yeux en développement sont plus vulnérables aux dommages causés par les rayons UV, ils doivent toujours être protégés. À court terme, les rayons UV du soleil peuvent donner lieu à des coups de soleil dans les yeux ou sur les paupières. Au fil du temps, ils peuvent entraîner des maladies graves, comme les cataractes.

### Se préoccuper de la lumière bleue

La lumière bleue serait considérée comme un facteur contributif aux maladies rétinienne, lesquelles peuvent entraîner la cécité. Bien que la plupart des gens établissent un lien entre la lumière bleue et les appareils électroniques et les écrans, le soleil représente la plus grande source de lumière bleue.

**Argument ultime :** Pour obtenir une protection optimale, les enfants dont la vision doit être corrigée devraient envisager de porter des verres, comme les verres Transitions<sup>MD</sup>, qui aident à protéger contre les rayons UV et la lumière bleue nocive, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur.

