

LES YEUX DES AUTOCHTONES À QUOI FAUT-IL S'ATTENDRE?

PLUS DE 4 MILLIONS D'ADULTES CANADIENS

souffrent de l'une des principales maladies oculaires pouvant mener à la cécité.*

LES AUTOCHTONES PRÉSENTENT DAVANTAGE DE RISQUES

de souffrir de troubles de santé générale et de troubles oculaires pouvant affecter la vision.

MOINS DE 40 % DES AUTOCHTONES ont subi un examen de la vue au cours de la dernière année.**

DÉCOUVREZ COMMENT PROTÉGER VOTRE VISION DE DEMAIN.

Transitions
CONNEXIONS
CULTURELLES

* Rapport de la Coalition nationale en santé oculaire, 2007

** Transitions Optical, Inc., enquête Synovate, août 2010

POUR UNE VISION PARFAITE



FAITES-VOUS EXAMINER LA VUE RÉGULIÈREMENT

Même si vous n'avez aucun problème de vision, il est important de subir régulièrement un examen complet de la vue. Votre professionnel de la vue peut déceler des problèmes avant que vous n'en ressentiez les symptômes et peut même détecter de façon précoce de graves problèmes de santé, tels le

diabète, l'hypertension et certains types de cancer.

RENSEIGNEZ-VOUS SUR LES OPTIONS DE VERRES

Vous n'avez que deux yeux — alors, assurez-vous de les protéger des rayons UV nuisibles. Bien que la plupart des Canadiens sachent qu'une exposition prolongée au soleil peut causer le cancer de la peau, seulement sept pour cent des Autochtones savent que cette exposition peut endommager leurs yeux.* Renseignez-vous auprès de votre professionnel de la vue au sujet des options de verres pouvant améliorer votre vision et maintenir vos yeux en santé tout au cours de votre vie.

- La couche antireflet réduit les réflexions qui peuvent vous empêcher de voir clairement et confortablement.
- Les verres adaptatifs et photochromiques de Transitions® réduisent l'éblouissement et bloquent entièrement les rayons UVA et UVB. Clairs, à l'intérieur et le soir, ils s'assombrissent et s'adaptent aux conditions changeantes de la lumière à l'extérieur — vous aidant à mieux voir à toute heure de la journée et en tout temps.
- Les verres faits de matériaux résistant aux impacts, comme le polycarbonate et le Trivex®, peuvent vous aider à vous protéger des blessures aux yeux associées aux sports.

SACHEZ RECONNAÎTRE LES SIGNES

Des problèmes de vision, des maux de tête, de la tension oculaire, le fait que des larmes s'écoulent ou que vous cligniez des yeux excessivement peuvent être des signes que vous avez besoin de faire corriger votre vision.

*Transitions Optical, Inc. enquête Synovate, août 2010

VOS YEUX AU FIL DES ANNÉES



PETITE ENFANCE

L'enfance est une période fondamentale dans le développement des yeux. Les problèmes de vision, comme la difficulté à voir de loin, peuvent causer des problèmes en lecture, causant ainsi une baisse de rendement à l'école, de la frustration, des rougeurs ou le larmoiement des yeux et des maux de tête.

Les enfants passent aussi plus de temps à l'extérieur — ils sont d'ailleurs trois fois plus exposés au soleil que les adultes — et sont plus vulnérables aux dommages causés par les rayons UV. Les lunettes pour corriger et protéger la vue sont importantes pour les enfants de tous âges, qu'ils soient à l'intérieur à l'ordinateur ou à l'extérieur à pratiquer des sports.

LA QUARANTAINE

À mesure que vous vieillissez, les risques de souffrir de problèmes de vision augmentent. La presbytie est l'un des problèmes les plus courants chez les personnes dans la quarantaine. Ces dernières pourraient avoir de la difficulté à voir les objets de proche. Il existe des options pour traiter la presbytie, dont les verres bifocaux, trifocaux et les verres progressifs (des verres bifocaux « sans démarcation »).

LES ÂÎNÉS

Les personnes de plus de 60 ans font face à des risques plus élevés de souffrir de graves troubles oculaires mettant leur vision en danger — comme de cataractes, glaucomes et dégénérescence maculaire. La perte ou la détérioration de la vue peut avoir des répercussions sur leur sécurité et leur autonomie. Les problèmes de vision peuvent rendre les activités quotidiennes (comme conduire une voiture) difficiles et les temps libres moins agréables.



POINT DE MIRE SUR LES AUTOCHTONES : PROBLÈMES OCULAIRES ET TROUBLES DE SANTÉ GÉNÉRALE

Les Autochtones présentent davantage de risques de souffrir de certains problèmes oculaires et de santé générale qui peuvent influencer leur vision.

TROUBLES OCULAIRES

Dégénérescence maculaire associée à l'âge :

Les Autochtones sont plus vulnérables aux facteurs de risques liés à la dégénérescence maculaire associée à l'âge, comme le diabète, le tabagisme et l'obésité.

Cataracte : Les Premières nations du Canada sont plus susceptibles de souffrir de cataractes que le reste de la population générale.

Glaucome : Les populations des Premières nations et de Métis sont plus susceptibles de développer un glaucome par fermeture de l'angle; les populations inuites sont, quant à elles, plus susceptibles de développer un glaucome primitif à angle ouvert.

PROBLÈMES DE SANTÉ GÉNÉRALE

Diabète : Le diabète peut engendrer des problèmes oculaires comme la rétinopathie diabétique. Les Autochtones présentent davantage de risques de souffrir de diabète à un âge précoce et sont 3 à 5 fois plus susceptibles de développer un diabète de type 2.

Tuberculose : - Le taux de tuberculose chez les populations inuites est 186 fois plus élevé qu'au sein des Canadiens non-autochtones. Le taux chez les Premières nations est 31 fois plus élevé. Ce problème peut mener à de nombreuses complications oculaires.

VIH/sida : Le taux de VIH est trois fois plus élevé chez les Autochtones. Ce problème peut causer un détachement de la rétine et la cécité.

La plupart des personnes savent que les professionnels de la vue peuvent aider à corriger la vue et à diagnostiquer les maladies oculaires. Mais savez-vous que certains problèmes de santé, tel le diabète, peuvent être décelés dans l'œil, avant même que vous n'en ressentiez les symptômes? Ce qui signifie que votre professionnel de la vue est souvent la première personne à détecter de graves problèmes de santé.



PROTÉGEZ LA VUE DE VOTRE FAMILLE

Une vision en santé commence par un examen complet de la vue à intervalle régulier. Parlez à votre professionnel de la vue pour savoir à quelle fréquence vous devriez subir un examen complet de la vue — et n'oubliez pas de prendre rendez-vous pour tous les membres de votre famille.

VOUS ÊTES LA PRIORITÉ

Le travail et les responsabilités de la vie peuvent souvent prendre le dessus, mais n'oubliez pas d'allouer du temps pour subir un examen de la vue. Même si vous ne souffrez d'aucun problème visuel aujourd'hui, votre professionnel de la vue peut vous aider à prévenir les problèmes ultérieurs et vous conseiller ce qu'il y a de mieux en matière de verres pour répondre à vos besoins quotidiens.

VOS ENFANTS SONT VOTRE PRIORITÉ

Les dépistages des troubles visuels identifient seulement cinq pour cent des problèmes visuels. De plus, un examen de routine avec votre pédiatre ne remplace pas un examen complet de la vue. Même si vos enfants ne se plaignent d'aucun problème visuel, ils pourraient avoir besoin de faire corriger leur vision pour les aider à mieux réussir à l'école. Faites régulièrement subir à vos enfants des examens de la vue — surtout avant de commencer l'école.

VOS PARENTS ÂGÉS SONT VOTRE PRIORITÉ

Les membres plus âgés de votre famille présentent davantage de risques de souffrir de maladies et de problèmes oculaires. Assurez-vous qu'ils subissent régulièrement des examens complets de la vue pour détecter tout problème et empêcher une perte de vision avant qu'il ne soit trop tard.



PARLEZ-EN À VOS PROFESSIONNELLS DE LA VUE

Plusieurs éléments de votre vie quotidienne peuvent affecter votre vision. Parlez-lui de :

- Votre style de vie – y compris des sports ou autres activités que vous pratiquez.
- Des troubles de santé générale ou de vos antécédents.
- Des médicaments que vous prenez, y compris ceux pour traiter une maladie, de l'hypertension, la douleur, l'asthme, les allergies ou la dépression – ou si vous prenez des contraceptifs oraux, des vitamines ou des produits naturels (comme du Ma huang), des tisanes et des toniques.

Renseignez-vous sur les options de verres spéciaux qui s'adaptent aux besoins de votre style de vie – pour améliorer votre vision aujourd'hui et la protéger tout au cours de votre vie.

Pour de plus amples renseignements au sujet des verres Transitions^{MD} – les verres photochromiques les plus recommandés à travers le monde, visitez www.Transitions.com.

Transitions^{MD}