



## Gardez l'œil sur votre vue



Les défauts de vision comme la myopie, l'astigmatisme, l'hypermétropie et la presbytie sont compensés par le port de lunettes ou de lentilles, ou soignés par la chirurgie. Mais, à tous les âges de la vie, des maladies de l'œil qui ne se corrigent pas peuvent apparaître. Souvent silencieuses à leur début, elles doivent être dépistées à temps si l'on veut empêcher leur évolution.

**Les enfants doivent être examinés avant l'âge de 2 ans** par un ophtalmologiste pour qu'il dépiste l'amblyopie, une paresse de l'œil : celui-ci ne transmet plus au cerveau les informations visuelles. Chez l'enfant, il est très facile d'intervenir sur une amblyopie jusqu'à l'âge de 2 ou 3 ans. Après 6 ans, cela devient presque impossible.

**Vers 45 ans, dépister un éventuel glaucome.** Le glaucome touche plus de 2 % de la population au-delà de 45 ans. Il est dû à une forte tension oculaire, qui atteint le nerf optique et empêche les informations visuelles de parvenir au cerveau. Lorsqu'il est diagnostiqué tôt et traité, il n'évolue pas et la vision se stabilise.

**A partir de 50 ans** apparaissent les risques de dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA). Des dépistages sont systématiquement pratiqués par les ophtalmologistes quand leurs patients portent des lunettes ou des lentilles. Mais les personnes qui ont une bonne vue et celles qui achètent leurs lunettes de presbytes à la pharmacie ou chez l'opticien y échappent.

**8 millions d'automobilistes, soit 1 conducteur sur 5, conduisent avec un défaut visuel non ou mal corrigé.**

### Au soleil, lunettes obligatoires !

**Au soleil, il faut protéger ses yeux.** Les UV peuvent en effet atteindre le cristallin, avec pour conséquence une apparition plus précoce (de cinq à dix ans) de la cataracte. C'est encore pire pour les enfants âgés de moins de douze ans, dont le cristallin ne joue pas encore le rôle de filtre et laisse passer 75 % des UV, lesquels peuvent endommager gravement la rétine. Pour que vos lunettes de soleil soient de bonne qualité, choisissez celles respectant la norme CE, avec quatre niveaux de protection (de 0 pour les verres clairs à 4 pour les plus foncés), sachant que la protection 3 est la plus conseillée. Assurez-vous qu'elles arrêtent bien les UV.

### INFO MUTUELLE

La Mutuelle Mieux-Etre peut vous garantir en cas d'accident. Y avez-vous pensé ? Besoin d'informations : rendez-vous sur [www.mieux-etre.fr](http://www.mieux-etre.fr) pour connaître notre offre ou contactez **Mieux-Etre Relation Adhérents** au **01 44 93 40 40**

### LE BON SERVICE

Osez le design pour votre regard avec l'offre exclusive Les Opticiens Mutualistes : un équipement optique de qualité et une monture qui conjugue style et modernité à partir de 99 € ! Pour plus d'informations, contactez le **0 811 91 92 93** ou rendez-vous sur [www.lesopticiensmutualistes.fr](http://www.lesopticiensmutualistes.fr)

### LE PLUS MIEUX-ÊTRE

Anonyme, simple et gratuit, le livret santé numérique de la Mutuelle Mieux-Etre vous permet d'archiver et de communiquer de manière sécurisée, à tout professionnel de santé de votre choix, vos données de santé essentielles (traitements, allergies). **Rendez-vous sur [www.mieux-etre.fr](http://www.mieux-etre.fr) pour créer votre livret !**

## ACTUS SANTÉ

### 23 sirops antitussifs ne seront plus vendus qu'avec une ordonnance

L'Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (Afssaps) a décidé que les médicaments antitussifs contenant de la pholcodine ne seront (...) [lire la suite...](#)

### Les dépassements d'honoraires ont augmenté de 6 % en 2010

Les dépassements d'honoraires ont grimpé de 6,1 % en 2010, a indiqué à l'AFP la Mutualité française. Une hausse deux fois plus rapide que le total des (...) [lire la suite...](#)

### Les patients vont chercher de l'info sur Internet mais font confiance à leur médecin

Sept Français sur dix consultent Internet aujourd'hui pour avoir des informations sur la santé. C'est ce que révèle un sondage Ipsos réalisé par le Conseil de l'Ordre des médecins (CNOM) (...). [lire la suite...](#)