



VISION SAINNE ET LENTILLES CORNÉENNES

Les lentilles cornéennes souples sont prescrites par des professionnels de la vue agréés et portées avec confort et en toute sécurité par des millions de personnes dans le monde. Depuis longtemps déjà, les lentilles cornéennes souples fournissent aux utilisateurs une forme de correction de la vision sûre et efficace. Cependant, même si les lentilles cornéennes offrent de nombreux avantages, elles peuvent comporter certains risques si vous n'observez pas les instructions de port et d'entretien recommandés. Il convient de noter que le présent guide ne remplace aucunement un avis médical, un diagnostic ou un traitement professionnel. Votre professionnel de la vue peut vous aider à mieux comprendre comment profiter pleinement de vos lentilles cornéennes et réduire vos chances de développer des problèmes qui pourraient affecter votre vision et la santé de vos yeux.



Une lentille cornéenne est un dispositif médical nécessitant une prescription.

Une lentille cornéenne est un dispositif médical que l'on porte pour corriger la vision ou à des fins esthétiques et thérapeutiques. Au Canada, les lentilles cornéennes nécessitent une prescription. Les lentilles cornéennes doivent être ajustées adéquatement par un professionnel de la vue tel qu'un optométriste, un ophtalmologiste ou un opticien dûment agréé.

Un examen de la vue est nécessaire pour déterminer si une personne peut porter des lentilles cornéennes. Il s'agit généralement d'effectuer une réfraction pour évaluer la puissance appropriée de la lentille et la santé de l'œil.

Les prescriptions pour les lentilles cornéennes et les lunettes peuvent être similaires, mais ne sont pas interchangeables.

Les lentilles cornéennes prescrites par un professionnel de la vue expirent généralement tous les ans, à moins que celui-ci en décide autrement. Ceci vise à assurer que vos yeux sont encore suffisamment en santé pour pouvoir porter des lentilles cornéennes et que vos lentilles actuelles vous conviennent toujours.

Consultez régulièrement votre optométriste pour passer un examen de la vue complet; il veillera à évaluer votre vision et à mettre à jour votre prescription au besoin. Il sera aussi en mesure d'identifier d'autres problèmes de santé tels que l'hypertension et le diabète, et de poser un diagnostic.



Choisissez les lentilles cornéennes qui vous conviennent

Il existe présentement sur le marché plusieurs lentilles cornéennes pour corriger les troubles visuels comme la myopie, l'hypermétropie, l'astigmatisme et la presbytie.

Voici les options les plus connues:

• Lentilles cornéennes journalières jetables

Il s'agit en effet de l'option la plus saine. Ces lentilles sont conçues de façon à être portées une seule journée; elles doivent être enlevées avant de dormir. Nul besoin de les nettoyer ou de les ranger.

• Lentilles cornéennes à remplacement fréquent

Ces lentilles cornéennes sont les plus couramment prescrites et doivent être remplacées toutes les 2 ou 4 semaines. Vous les enlevez chaque soir et les remplacez selon les recommandations de votre professionnel de la vue. Certaines lentilles à remplacement fréquent peuvent être portées durant la nuit. Les personnes qui désirent garder leurs lentilles lorsqu'ils dorment doivent tout d'abord consulter leur professionnel de la vue. Ce dernier déterminera si le port des lentilles cornéennes durant le sommeil pourrait vous convenir et, le cas échéant, procédera à l'ajustement du type de lentilles cornéennes approprié.

• Lentilles cornéennes à des fins esthétiques

Designed to change the appearance of the eye. These lenses may also correct refractive error. In some parts of the world, circle contact lenses, which give the appearance of a bigger, wider iris, are popular.

» **Vous ne devriez pas acheter ou porter des lentilles cornéennes à des fins esthétiques sans avoir au préalable consulté un professionnel de la vue pour passer un examen de la vue et obtenir une prescription.** L'achat de lentilles cornéennes sans prescription peut présenter de graves risques pour votre vision et la santé de vos yeux. Un professionnel de la vue qualifié détient les compétences nécessaires pour effectuer un ajustement précis et des soins de suivi. L'achat et le port de lentilles cornéennes sans conseils médicaux et une ordonnance valide peut vous exposer à un risque élevé d'infections graves, voire même la cécité.

Votre professionnel de la vue travaillera avec vous pour déterminer quelles lentilles cornéennes, quelle fréquence de remplacement et quelles modalités d'utilisation conviendront le mieux à vos besoins et à votre style de vie.



Choses à faire et à ne pas faire lorsque vous manipulez et portez vos lentilles cornéennes

Il est essentiel que vous observiez une bonne hygiène lorsque vous manipulez vos lentilles cornéennes. Assurez-vous de respecter les instructions relatives aux programmes de port et de remplacement, d'entretien et de désinfection des lentilles cornéennes, tel que recommandé par votre professionnel de la vue.

Voici les choses **À FAIRE** et **À NE PAS FAIRE** lorsque vous manipulez et portez vos lentilles cornéennes:

Lorsque vous manipulez vos lentilles cornéennes:



À FAIRE avant de manipuler vos lentilles, lavez-vous les mains avec un savon doux, rincez-les bien puis séchez-les avec une serviette non pelucheuse. Évitez d'utiliser des savons à base de cold-cream, une lotion ou des produits cosmétiques gras.



À NE PAS FAIRE touchez les lentilles avec vos ongles ou utilisez des pinces à épiler ou d'autres outils pour retirer les lentilles du contenant individuel, à moins d'instructions spécifiques à cette fin.



À FAIRE examinez vos lentilles avant de les mettre en place. Assurez-vous qu'elles soient mouillées, propres, transparentes et exemptes d'égratignures ou de déchirures. **N'utilisez PAS** la lentille si elle est endommagée ou si l'emballage-coque stérile dans lequel elle se trouve est ouvert ou endommagé.

Suite sur la page suivante >>

Choses à faire et à ne pas faire lorsque vous manipulez et portez vos lentilles cornéennes (suite)

Lorsque vous portez vos lentilles cornéennes:

À FAIRE

enlevez tout de suite vos lentilles si vous ressentez un inconfort, un larmolement excessif, des changements de vision, des rougeurs ou d'autres problèmes oculaires. Dans l'une ou l'autre de ces conditions, communiquez immédiatement avec votre professionnel de la vue.

À NE PAS FAIRE

portez vos lentilles au-delà de la durée de port recommandée par votre professionnel de la vue. En jetant et remplaçant vos lentilles par une paire de lentilles fraîches et stériles, vous diminuez les risques d'infections oculaires ou autres problèmes potentiels.

À NE PAS FAIRE

exposez les lentilles cornéennes à l'eau, que ce soit l'eau du robinet, l'eau embouteillée ou distillée, l'eau d'un lac ou de l'océan, lorsque vous les portez. Retirez vos lentilles avant de faire une activité impliquant un contact avec l'eau, y compris la douche, le spa, la natation ou autre sport nautique. L'exposition des lentilles cornéennes à l'eau dans de telles situations peut accroître le risque d'infection oculaire grave susceptible d'entraîner une perte de vision ou la cécité. Si vos lentilles entrent en contact à l'improviste avec de l'eau, lors d'une baignade imprévue par exemple, jetez-les après l'activité et remplacez-les par une nouvelle paire de lentilles fraîches.

À NE PAS FAIRE

portez des lentilles cornéennes qui appartiennent à quelqu'un d'autre.



Solutions pour lentilles cornéennes et étuis de rangement

Pour continuer de porter confortablement et en toute sécurité des lentilles réutilisables, assurez-vous de les nettoyer et les désinfecter avant de les remettre en place, ou jetez-les et remplacez-les par une paire de lentilles fraîches.

Les infections se déclarent parmi les utilisateurs de lentilles cornéennes qui rangent, manipulent ou désinfectent incorrectement leurs lentilles, nagent avec leurs lentilles, ou entrent en contact avec de l'eau. Voilà pourquoi il est important d'utiliser et d'entretenir correctement vos lentilles cornéennes et les produits d'entretien, dont les étuis de rangement, pour assurer une utilisation sécuritaire de ces produits.

Voici quelques conseils à suivre pour réduire les risques d'infection liée au port des lentilles cornéennes:

- » Utilisez toujours des lentilles cornéennes et des produits d'entretien avant la date d'expiration inscrite sur l'emballage. Ne réutilisez **jamais** une solution pour lentilles cornéennes. Changez la solution selon les recommandations du fabricant, et ce même si vous n'utilisez pas les lentilles quotidiennement.
- » Retirez, nettoyez et désinfectez toujours vos lentilles cornéennes selon le programme prescrit par votre professionnel de la vue.
- » N'utilisez **jamais** une solution saline ou des gouttes lubrifiantes pour désinfecter vos lentilles. Ni l'une ni l'autre de ces solutions constitue un désinfectant approuvé et efficace.

- » Utilisez seulement des solutions recommandées par votre professionnel de la vue et suivez toujours les instructions décrites sur la notice d'accompagnement. Ne transférez pas la solution pour les lentilles cornéennes de son contenant d'origine à un autre, sauf l'étui de rangement.
- » Évitez de mouiller vos lentilles cornéennes avec votre salive ou tout autre produit liquide, sauf les solutions recommandées. Ne mettez pas vos lentilles dans la bouche
- » Ne rincez **jamais** vos lentilles sous l'eau du robinet, car elle contient des impuretés qui peuvent contaminer ou endommager vos lentilles, et donner lieu à des infections oculaires graves et une perte de vision.
- » Des bactéries peuvent s'accumuler sur l'étui de rangement des lentilles cornéennes, d'où l'importance d'utiliser et de nettoyer correctement votre étui et vos lentilles cornéennes, et de les remplacer selon l'horaire prescrit. Une fois que vous avez retiré vos lentilles cornéennes de l'étui, videz-le puis utilisez la solution recommandée par votre professionnel de la vue pour le nettoyer et le rincer. Essuyez ensuite l'étui avec une serviette non pelucheuse pour enlever l'excès de solution et laissez sécher à l'air, sans les capuchons et face vers le bas.
- » Consultez immédiatement un professionnel de la vue si vos yeux deviennent rouges ou irrités, ou si vous ressentez des changements de vision.

Ressources

Parlez à votre professionnel de la vue si vous avez des préoccupations ou des questions au sujet du port et de l'entretien de vos lentilles cornéennes. D'autres sources d'information sont disponibles dont les suivantes:

- L'outil ACUMINDER^{MD}, offert à tous ceux qui portent des lentilles cornéennes, envoie automatiquement un courriel aux utilisateurs pour leur rappeler de changer leurs lentilles, d'acheter de nouvelles lentilles et de prendre rendez-vous pour passer un examen de la vue. L'inscription est gratuite à acuminder.ca. L'outil ACUMINDER^{MD} est maintenant disponible au magasin d'applications pour les appareils iPhone®, iPad® et iPod® ainsi que sur Google Play pour les appareils ANDROID™.
- La plupart des fabricants de lentilles cornéennes fournissent des renseignements par le biais de leurs sites Web qui comprend un Guide d'instructions à l'intention des patients. Sachez toutefois que les informations disponibles peuvent varier d'une entreprise à l'autre.
- L'Association canadienne des optométristes fournit également des informations sur les lentilles cornéennes, y compris des conseils sur le port et l'entretien des lentilles à opto.ca/openyoureyes/your-eye-health/what-is-an-eye-exam/contact-lense/.
- Le site Web de Santé Canada offre des informations sur la façon de réduire les risques de santé liés au port et à l'entretien des lentilles. Rendez-vous à hc-sc.gc.ca/hl-vs/iyh-vsv/med/lenses-lentilles-eng.php.

ACUMINDER^{MD} est une marque de commerce des Soins de la vision Johnson & Johnson, Inc. © Johnson & Johnson Inc. 2012

iPad®, iPhone® et iPod® sont des marques de commerce d'Apple Inc. enregistrées aux États-Unis et dans d'autres pays. App Store est une marque de service d'Apple Inc.

Android™ est une marque commerciale de Google Inc.

Information importante à l'intention des utilisateurs de lentilles cornéennes

Je porte les lentilles cornéennes _____
écrivez la marque de lentilles cornéennes

Pour préserver une bonne santé des yeux, ces lentilles devraient être remplacées par une paire de lentilles fraîches (encerclez une seule option)

Chaque jour Chaque semaine (7 jours) Toutes les 2 semaines (14 jours)
Chaque mois (30 jours) Autre

Frottez, rincez, désinfectez, nettoyez et rangez vos lentilles cornéennes dans la solution _____

(écrivez la marque de la solution)

N'oubliez pas de rincer votre étui pour lentilles cornéennes chaque jour avec une solution fraîche. Videz complètement l'étui et laissez-le sécher à l'air, sans les capuchons et face vers le bas. N'utilisez JAMAIS la solution plus d'une fois et ne mettez JAMAIS d'eau sur vos lentilles.

Étui de rangement pour lentilles cornéennes:

Remplacez par un nouveau étui le _____ (écrivez la date)
N'oubliez pas d'utiliser, de nettoyer et de remplacer correctement votre étui au moins une fois tous les 3 mois.

Consultez immédiatement un professionnel de la vue si vos yeux deviennent rouges ou irrités, ou si vous ressentez des changements de vision.