OPHTALLIANCE
Votre réseau d'ophtalmologistes

DMLA

DÉGÉNÉRESCENCE MACULAIRE LIÉE À L'AGE

DMLA

QU'EST-CE QUE LA DMLA ?

La Dégénérescence Maculaire Liée à l'Age (DMLA) est une maladie de la zone centrale de la rétine, la macula. La macula permet la vision des détails, la lecture et la reconnaissance des visages.
La DMLA est une maladie chronique très fréquente qui se soigne dans sa forme humide néovasculaire. S'il n'existe pas d'autres pathologies, la vision périphérique reste intacte, et la DMLA n'évolue pas vers la cécité totale.

IL EXISTE DEUX FORMES DE DMLA :

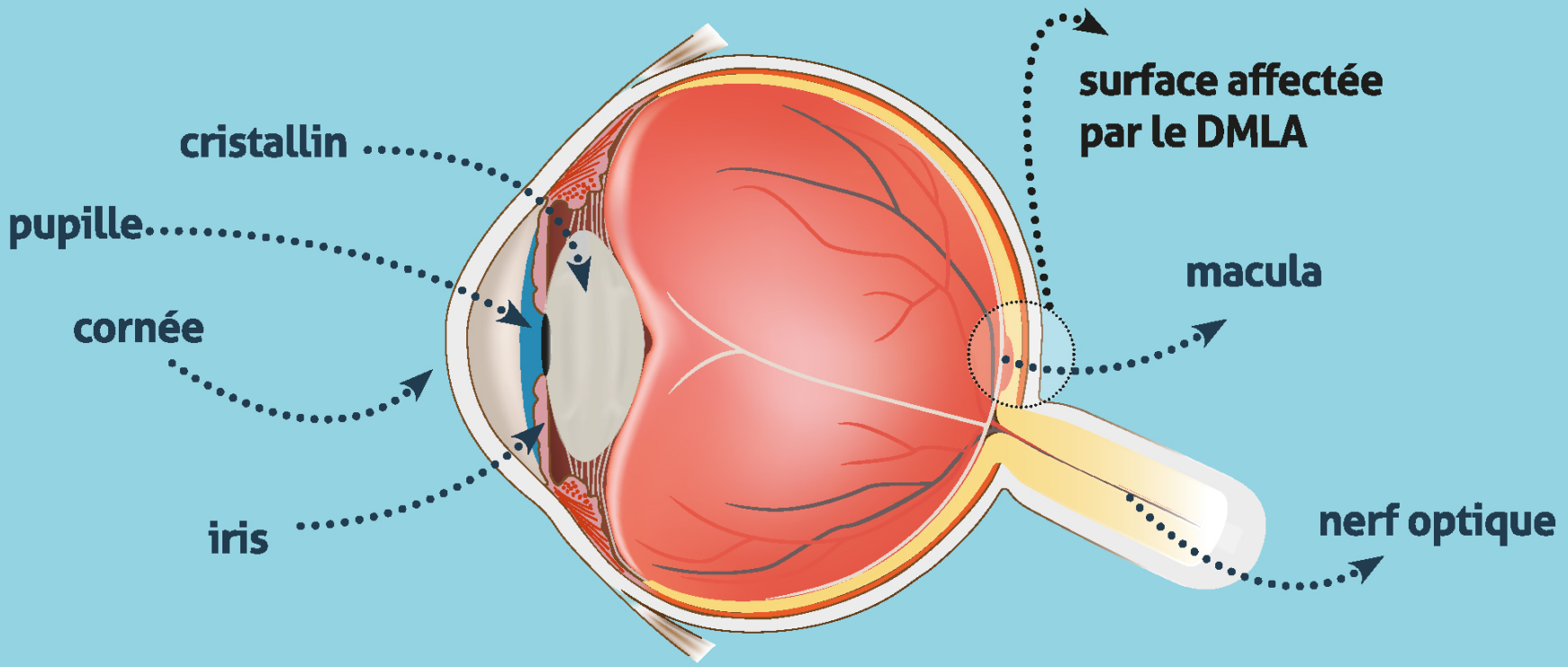
- La **DMLA atrophique ou sèche** est la plus fréquente.

Son évolution est lente. Elle se caractérise par la disparition progressive des cellules visuelles de la rétine avec un amincissement de la macula. Une tache sombre apparait très lentement dans le champ de vision central.

A ce jour, aucun traitement ne permet de guérir cette forme de DMLA. Néanmoins, de nouveaux protocoles thérapeutiques sont en cours d'évaluation.
Une forme atrophique peut évoluer vers une forme néovasculaire.

- La **DMLA néovasculaire ou exsudative ou humide** est moins fréquente mais souvent plus sévère.

Elle progresse plus rapidement. Des vaisseaux sanguins anormaux se développent dans la zone de la macula, au sein de la rétine, à un endroit où ils ne devraient pas se trouver.



Différents symptômes vont apparaître :

- baisse de la vision de loin et de près
- déformation des lignes droites et des images : métamorphopsies
- apparition d'une tache sombre dans le champ de vision central : scotome
- altération de la perception des couleurs et de la reconnaissance des formes

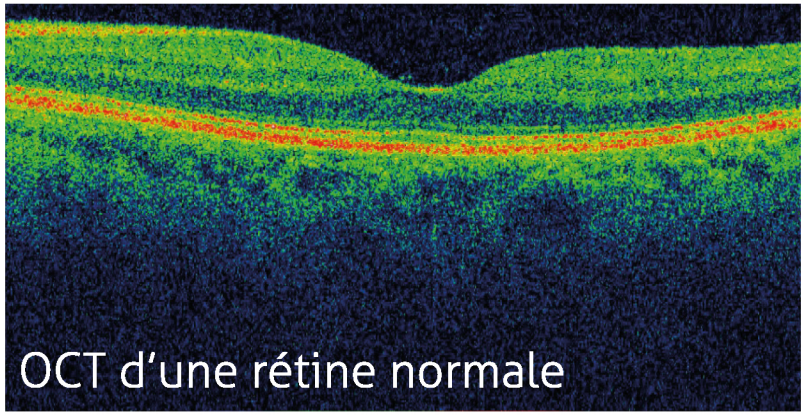
Depuis quelques années, des injections intravitréennes de médicaments sont disponibles. Elles permettent de stabiliser la maladie chez de nombreux patients.

Quels que soient le stade et la forme de la maladie, celle-ci doit être contrôlée régulièrement par votre ophtalmologiste.

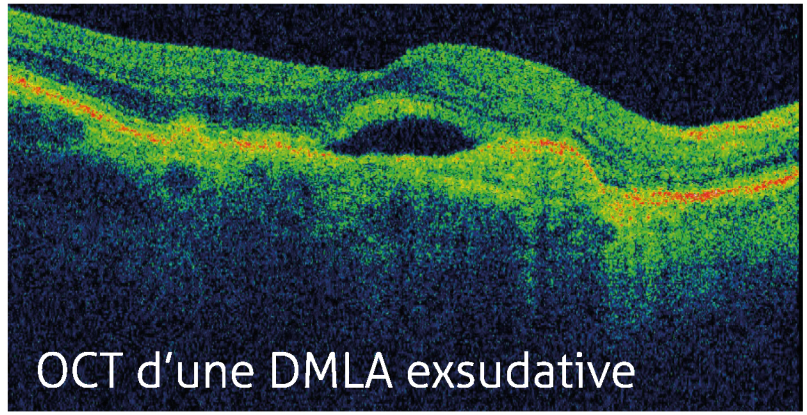
COMMENT SE DIAGNOSTIQUE LA DMLA ?

La DMLA est diagnostiquée par l'ophtalmologiste au moyen de différents examens :

- **L'acuité visuelle** mesure la capacité à voir de loin et à lire de près.
- **Le fond de l'œil** permet d'observer la rétine et de diagnostiquer des anomalies éventuelles (drusens, atrophies et néovaisseaux).
- **L'OCT** (Tomographie en Cohérence Optique) est un scanner de la rétine grâce auquel les différentes couches de la macula sont analysées. C'est un examen non invasif.



OCT d'une rétine normale

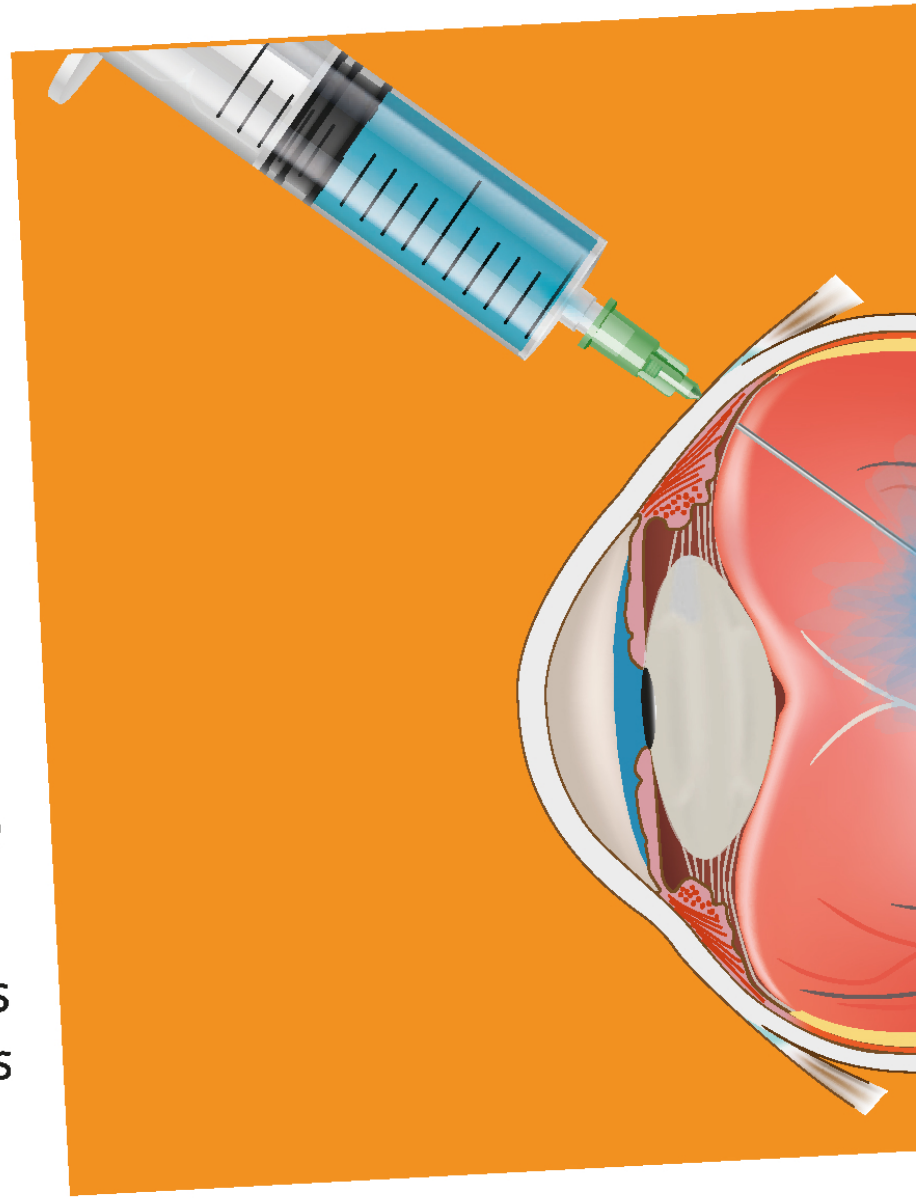


OCT d'une DMLA exsudative

- **L'angiographie** photographie la rétine après injection intraveineuse d'un colorant. La circulation sanguine rétinienne et choroïdienne est étudiée par un médecin spécialiste. Il pourra évaluer le type de DMLA et son stade d'évolution.
- **L'angio-OCT**, nouvel appareil, analyse les vaisseaux sans injection intraveineuse.

QUELS TRAITEMENTS POUR LA DMLA HUMIDE ?

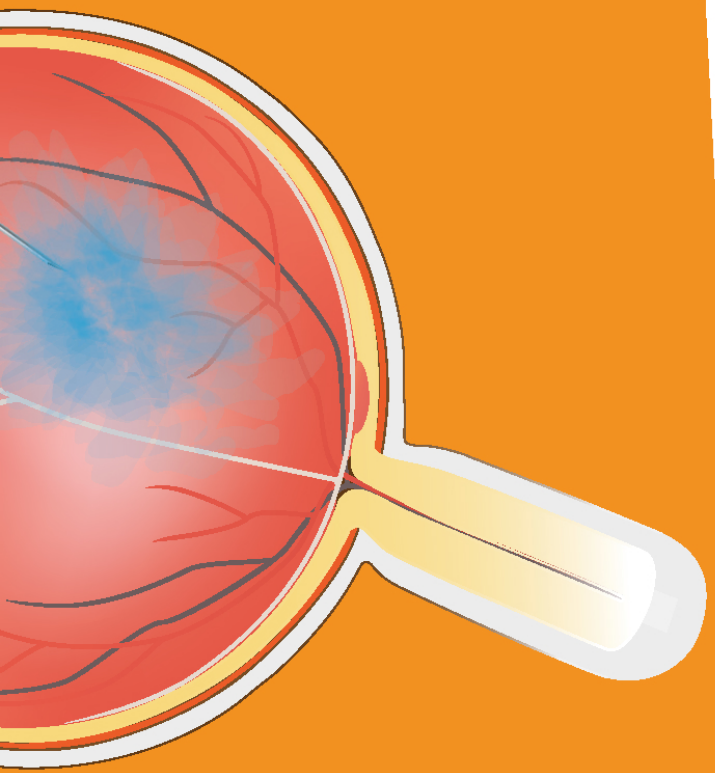
Plus la maladie est prise en charge précocement, plus les traitements sont efficaces.



L'IVT ou Injection Intra Vitréenne consiste à injecter dans l'œil un médicament appelé anti-VGEF. Ce traitement empêche la prolifération de vaisseaux sanguins anormaux présents dans la macula.

L'avis d'un ophtalmologiste spécialisé en DMLA peut être nécessaire pour le choix du traitement. Au départ, 3 injections sont administrées à 1 mois d'intervalle. Puis la fréquence d'injection est déterminée par l'ophtalmologiste en fonction de l'évolution de la maladie. Il est important de respecter strictement ses prescriptions.

Le bénéfice de ces injections n'est pas toujours définitif. La persistance ou la repousse de ces



néovaisseaux nécessite alors de répéter les injections.

Tous les traitements anti-VEGF utilisés pour traiter la DMLA humide doivent être administrés dans l'œil par un ophtalmologiste expérimenté.

Les médecins d'Ophtalliance sont formés pour pratiquer cette intervention simple tout en minimisant la douleur et les risques.

D'autres thérapies comme la photothérapie dynamique ou la photocoagulation au laser ont encore quelques indications.

De nouveaux traitements sont en cours d'évaluation.

COMMENT SE DÉROULE UNE SÉANCE D'IVT?

Bilan ophtalmologique de contrôle

Le bilan ophtalmologique de contrôle est effectué de quelques jours à quelques heures avant l'injection. Il dure entre 1 et 2 heures.

Recommandations avant l'injection

Huit jours avant

- Suivez les prescriptions médicales.

Le jour J

- Prenez les traitements prescrits.
- Apportez les médicaments prescrits pour la réalisation de l'injection.
- Ne vous maquillez pas les yeux et la peau.
- Ne portez pas de lentilles de contact.

Il est indispensable que vous veniez accompagné.

Préparation avant l'injection

Une infirmière vous accueille et vous prépare pour l'injection.

Voici les étapes :

- Vous revêtez une tenue de protection à usage unique : blouse, chaussons et bonnet.
- Vous prenez un comprimé d'antalgique à action rapide.
- Vous désinfectez vos mains avec une solution hydro-alcoolique.

Vous entrez dans la salle de préparation

- Il vous est interdit de vous toucher le visage.
- Plusieurs gouttes d'anesthésiant local sont instillées dans votre œil.
- Votre œil et son contour sont nettoyés, rincés et désinfectés.

Injection

L'injection est quasi indolore et dure quelques secondes.

Elle est réalisée par l'ophtalmologiste :

- sous anesthésie locale par gouttes.
- en ambulatoire, c'est-à-dire sans hospitalisation.

Le temps passé au centre d'ophtalmologie pour cette injection est d'environ 2h.

Etapes opératoires :

- Vous êtes allongé sur le dos ou en position semi-assise.
- Le chirurgien nettoie et désinfecte une nouvelle fois votre œil et son contour.
- Il met en place un champ opératoire et un écarteur à paupières stérile.
- L'ophtalmologiste injecte le médicament dans l'œil.
- Il retire l'écarteur à paupières et le champ opératoire.
- L'œil est rincé avec du sérum physiologique et une pommade antibiotique est appliquée.

RECOMMANDATIONS APRÈS L'INJECTION

Evitez pendant 24 h :

- de vous toucher l'œil
- de conduire
- de vous exposer au soleil, aux courants d'air
- de pratiquer un sport ou de jardiner

Pas de baignade en mer et en piscine pendant 8 jours.

Il est important de suivre les prescriptions médicales inscrites sur l'ordonnance.

SALLES D'IVT

Les médecins d'Ophtalliance pratiquent les IVT quasi quotidiennement dans des salles dédiées aux injections intravitréennes.

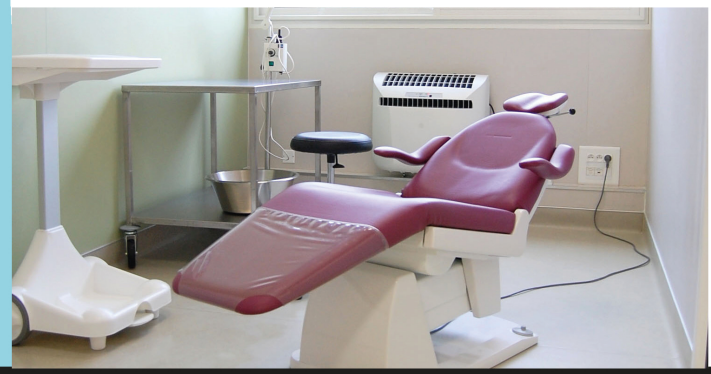
Ces espaces répondent aux normes d'hygiène les plus strictes :

Les murs et les sols sont lisses permettant un nettoyage total de la pièce.

Des distributeurs de produit hydro-alcoolique pour l'hygiène des mains sont mis à disposition.

Un bio nettoyage des surfaces est réalisé avant le début de chaque séance d'injection.

Toute notre attention est tournée vers vous. Nous mettons nos compétences et expériences à votre disposition dans un cadre moderne et confortable.



EFFETS SECONDAIRES

L'œil reste indolore dans la majorité des cas. Néanmoins, il peut y avoir des effets secondaires.

Les plus fréquents sont les moins graves :

- Votre vue est floue pendant quelques heures.
- Vous pouvez ressentir une sensation de brûlure pendant 24h. Rincez votre œil avec du sérum physiologique et appliquez le traitement prescrit.
- Vous pouvez voir apparaitre des petites taches rondes dans le champ visuel (micro bulles d'air) pendant 24h à 48h.
- Votre œil peut être rouge pendant 15 jours.

Les effets secondaires graves sont beaucoup plus rares :

- Vous avez un voile sur l'œil, c'est peut être une hémorragie intra-oculaire. C'est peu fréquent.
- Vous avez des douleurs très intenses et votre œil est rouge, c'est peut être une infection. C'est très grave mais heureusement très rare.

→ **Au moindre doute, consultez votre ophtalmologiste en urgence.**

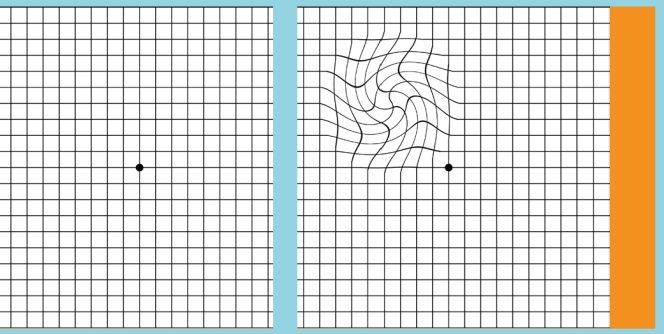
QUEL SUIVI POUR LA DMLA?

La DMLA humide est généralement considérée comme une maladie chronique qui nécessite une surveillance et un traitement tout au long de la vie.

Chaque DMLA est différente. Même si votre vision s'est stabilisée, il est important de contrôler régulièrement l'évolution de votre affection. Même en l'absence de symptômes, un suivi régulier par votre ophtalmologiste est nécessaire. C'est donc lui qui décidera de la fréquence des contrôles et de la nécessité de nouvelles injections.

SYMPTÔMES À SURVEILLER ENTRE 2 CONSULTATIONS

Entre chaque rendez-vous, vous pouvez vérifier une fois par semaine si votre vue s'est détériorée.



Cachez-vous un œil :

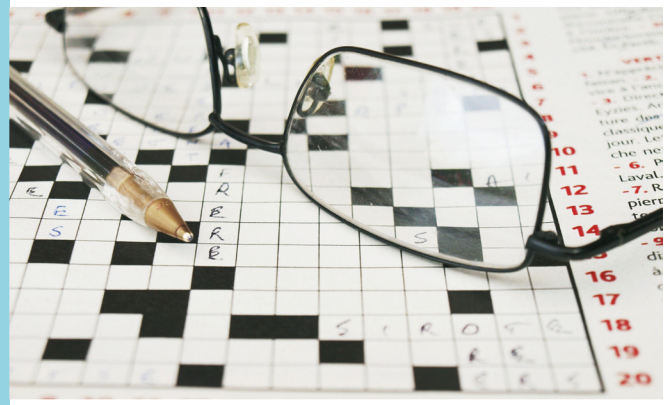
- Avez-vous plus de difficulté à lire votre journal ?
- La grille de mots croisés ou les lignes de faïence de votre salle de bain vous paraissent-elles déformées ?
- Avez-vous la sensation d'une vision floue ?
- Une tache sombre apparait-elle au centre de votre vision ?

Faites de même avec l'autre œil.

Si vous avez l'impression que les symptômes s'amplifient, vous devez consulter en urgence. La DMLA peut également toucher le 2ème œil. Soyez attentif.

COMMENT VIVRE AVEC LA DMLA ?

Si la baisse de votre vison devient invalidante malgré le traitement, des solutions techniques et paramédicales peuvent vous aider au quotidien.



En cas de baisse de l'acuité visuelle, entrainant une gêne fonctionnelle : diminution du temps de lecture, écriture déformée, fatigue visuelle, un bilan orthoptique basse vision peut être utile.
Lors de ce bilan, l'orthoptiste évaluera les capacités visuelles restantes et vous conseillera sur des moyens de compensation. Ceux-ci peuvent être une rééducation, qui permet d'apprendre au patient à utiliser les zones valides du champ visuel pour améliorer la lecture et la vision utile, et/ou des aides techniques visuelles et non visuelles.

Il s'agit notamment des loupes grossissantes, des dispositifs de contrôle de l'éclairage, de téléagrandisseurs et de systèmes télescopiques.

D'autres outils peuvent également vous simplifier la vie de tous les jours : les téléphones à grandes touches, les montres ou réveils parlants avec de gros chiffres, des jeux de cartes en gros caractères, etc. N'hésitez pas à demander conseil à votre ophtalmologiste ou à une association de patients.

Lorsque que la DMLA est très évoluée, la conduite automobile peut devenir dangereuse pour vous et pour les personnes qui vous entourent. Il est très important d'en discuter avec votre médecin.

A ce jour, il est recommandé de :

- consommer des légumes verts, des fruits et du poisson riche en acides gras oméga 3.
- prendre des compléments alimentaires à base de Vitamine E et C, Oméga 3 et 6, Lutéine, Zéaxanthine, oligo-éléments (zinc, cuivre et sélénium).

- contrôler la surcharge pondérale.
- rechercher l'équilibre de la tension artérielle et du cholestérol.
- arrêter de fumer.
- pratiquer un exercice physique régulier.
- porter des verres filtrant les UV (teinte jaune).

Associations de patients qui soutiennent et conseillent

- **Association DMLA - Tél : 0 800 880 660 - www.association-dmla.com**
- **Comité Valentin Haüy de Loire Atlantique - 2, boulevard Boulay Paty - 44100 NANTES Tél. : 02 40 47 99 49 - http://nantes.avh.asso.fr**

PRISE EN CHARGE

Les IVT sont en partie remboursées par la Sécurité Sociale. Néanmoins, une participation complémentaire peut vous être demandée. Celle-ci peut être prise en charge par votre mutuelle.

Dans certains cas, votre transport pour vous rendre chez votre ophtalmologiste ou dans votre centre de réadaptation peut éventuellement être remboursé par l'Assurance Maladie.

Structures qui informent et conseillent sur les droits et prestations

- **Réseau Basse Vision en Pays de la Loire - 1 Place Alexandre Vincent - 44100 NANTES**
  Tél : 02 51 83 18 77 - http://www.rbvpdl-prox.fr
- **MDPH Loire Atlantique - 300 Route de Vannes BP 10147 Cedex 1 - 44701 ORVAULT**
  Tél. : 08 00 40 41 44 - www.loire-atlantique.fr

OÙ SE SITUENT LES LIEUX D'INJECTION D'OPHTALLIANCE ?

Votre réseau d'ophtalmologistes

Centre d'ophtalmologie des Hauts Pavés
88 rue des Hauts Pavés
44000 NANTES
Tél. : 02 51 77 10 50
Fax : 02 51 77 16 88

Clinique Sourdille
8 rue Camille Flammarion
44000 NANTES
Tél. : 02 51 83 32 49
Fax : 02 51 83 87 19

Centre d'ophtalmologie de Jules Verne
2-4 route de Paris
44300 NANTES
Tél. : 02 28 44 97 69
Fax : 02 51 13 19 81

Centre d'ophtalmologie de Challans
16 rue Jean Perrin
Parc Schweitzer II
85300 CHALLANS
Tél. : 02 51 68 43 27
Fax : 02 51 93 28 91

Centre Hospitalier de Redon
8 rue étienne Gascon
35600 REDON
Tél. : 02 99 71 71 71
Fax : 02 99 71 71 87

www.ophtalliance.fr

Photo : ©S. Guillet *So Chic*, @Fotolia.com - Conception : sophiemonbernard 06 73 98 19 53