

## LES YEUX, UN BIEN PRÉCIEUX

L'œil est un organe fragile, sensible au vent, à la lumière, aux allergies ou aux infections. Il peut présenter quantité de symptômes, le plus souvent sans gravité, mais qui peuvent être gênants. À qui s'adresser en présence d'une sécheresse oculaire, de paupières collées au réveil ou suite aux éclaboussures d'un produit irritant? Un passage dans une pharmacie suffit-il ou vaut-il mieux consulter un médecin et, si oui, un généraliste ou un ophtalmologue? La Dre Yalda Sadeghi-Roulin, cheffe de clinique à l'Hôpital ophtalmique Jules-Gonin à Lausanne, passe en revue les différents problèmes oculaires, ce qu'il convient de faire et les signaux d'alarme indiquant qu'une consultation médicale est nécessaire.

TEXTE PATRICIA BERNHEIM



### ORGELETS

La plupart des gens confondent orgelets et chalazions. Un orgelet est une infection située à la base des cils, généralement causée par une bactérie. Cela forme une petite boule centrée sur un cil qui peut contenir du pus et peut être douloureux. Un chalazion, plus fréquent qu'un orgelet, est une inflammation localisée de la paupière, causée par l'obstruction d'une petite glande (glande de Meibomius). En cas d'orgelet, le traitement est à base d'antibiotique. En cas de chalazion, il consiste d'abord à masser la paupière à l'aide de compresses chaudes de manière à vider la glande obstruée, par une action mécanique. Si l'inflammation persiste malgré les massages, une consultation chez un médecin généraliste ou un ophtalmologue est recommandée. Le médecin va prescrire une pommade à base d'antibiotique et des anti-inflammatoires, délivrés seulement sur prescription médicale. Parfois, une petite intervention (incision) est nécessaire.

### CONJONCTIVITES

Elles peuvent être d'origines diverses, par exemple infectieuse ou allergique (liée aux pollens). La première débute généralement sur un des deux yeux et se manifeste par un œil rouge et collé par des sécrétions au réveil. La seconde, plus fréquente au printemps, est bilatérale et s'accompagne de démangeaisons. Le traitement initial repose dans les deux cas sur des rinçages des yeux avec du sérum physiologique. Des larmes artificielles peuvent également s'avérer bénéfiques. En cas de conjonctivite infectieuse, il n'est pas nécessaire de consulter si l'évolution est favorable. En revanche, si la conjonctivite se péjore ou que la vision est altérée, une consultation chez un ophtalmologue est recommandée. Il faut savoir aussi que les conjonctivites d'origine infectieuse sont très contagieuses et nécessitent des mesures d'hygiène afin de ne pas contaminer ses proches. Les conjonctivites allergiques peuvent être traitées avec des gouttes anti-histaminiques (anti-allergiques).

### ACCIDENT AU NIVEAU DE L'ŒIL

La douleur ou une modification de la vision signalent qu'une consultation ophtalmique est nécessaire.

### YEUX ROUGES

De nombreux facteurs peuvent provoquer une irritation de l'œil et donc une rougeur: le soleil, de nombreuses heures passées devant un écran, une allergie, un problème avec les lentilles de contact ou une sécheresse oculaire par exemple. Le traitement consiste alors à reposer ses yeux (lunettes de soleil, moins d'écran, larmes artificielles). Si la rougeur oculaire persiste, si elle est accompagnée d'une sensibilité accrue à la lumière, d'une douleur ou d'une vision floue, une consultation ophtalmologique est nécessaire pour établir un diagnostic et prescrire un traitement adapté.

### SÉCHERESSE OCULAIRE

Ce symptôme, très fréquent, se manifeste par des yeux qui piquent, brûlent ou larmoient. Le traitement initial consiste à bien hydrater l'œil avec une goutte de larmes artificielles 3 à 4 fois par jour, peu importe la marque. S'il y a un terrain allergique, il est préférable d'utiliser les versions monodoses.

### PROJECTION DE PRODUITS IRRITANTS

Dans ce cas, il faut tout d'abord rincer abondamment les yeux avec du sérum physiologique ou de l'eau, après avoir retiré ses lentilles de contact si on en porte. Une consultation chez un ophtalmologue est nécessaire en cas de changement de la vision ou de douleur.