



**Nous Deux** Vie quotidienne  
les clés de notre santé

## Presbytie

# De mieux en mieux corrigée

Personne, hélas, n'échappe à la presbytie, qui fait partie du processus naturel du vieillissement. Heureusement, les progrès de la médecine nous rendent la vie plus facile.

Par Katia Soave

**A**près 45 ans, tout le monde devient presbyte. C'est inéluctable», assure le Dr Jean-Marc Ancel, chirurgien ophtalmologiste. Le responsable? Le cristallin. Situé derrière l'iris, cet élément de l'œil est une lentille transparente qui se bombe et s'aplatit pour assurer la mise au point de l'image entre vision de loin et vision de près. Or, en vieillissant, le cristallin se durcit et perd de son élasticité. «On parle alors de défaut d'accommodation de la vision, comme si l'autofocus de votre appareil photo ne fonc-

tionnait plus», précise le Dr Ancel. Résultat : il devient difficile de voir de près (on allonge les bras pour lire). Si la presbytie apparaît généralement après la quarantaine, elle peut se manifester un peu plus tôt chez les hypermétropes. Pour une fois, les myopes sont avantagés, la presbytie ayant tendance à corriger leur myopie. Pour voir de près, ils n'ont plus qu'à enlever leurs lunettes. Un avantage de courte durée puisque, vers la cinquantaine, ils devront être équipés, comme tout le monde. Plusieurs solutions existent, chacune ayant ses atouts.



### Les lentilles: de plus en plus confortables

Si les premières générations de lentilles étaient souvent mal supportées, les lentilles progressives d'aujourd'hui sont plus confortables. Comme pour les verres progressifs, il faut un peu de temps pour s'y habituer, mais elles permettent de voir de loin comme de près et peuvent corriger en même temps d'autres défauts visuels.

**Combien ça coûte?** Ce n'est pas l'option la plus économique – elles ne sont pas remboursées par la Sécurité sociale –, mais elles permettent de tricher un peu sur son âge, contrairement aux lunettes, qui ont tendance à vieillir. Comptez au minimum 30 € environ par mois pour des lentilles jetables.

### Les verres progressifs: de plus en plus pratiques

Longtemps décriés, car mal tolérés, les verres progressifs se sont améliorés ces dernières années. Leur atout : ils permettent de voir de loin comme de près – donc pas besoin d'une paire de lunettes pour lire et d'une autre pour conduire – et peuvent corriger en même temps d'autres problèmes visuels (myopie, astigmatisme, hypermétropie). Leur défaut : il faut parfois du

temps avant de s'habituer à ce type de verres. Mais lorsqu'ils ont été correctement commandés, qu'ils sont de bonne qualité et bien centrés, l'adaptation ne dépasse pas un mois.

**Combien ça coûte?** Hors monture, le prix des verres progressifs va de 200 à 600 € et ils sont très mal remboursés par l'Assurance maladie.

### Les mots à connaître

► **Myopie** : mot d'origine grecque (*muōpia* signifie mystère), la myopie est un trouble de la vision. Celui qui en souffre voit mal de loin et normalement de près.

► **Hypermétropie** : c'est le contraire de la myopie. L'hypermétrope a des difficultés à voir de près mais, de loin, généralement bien.

► **Astigmatisme** : il s'agit d'un trouble qui entraîne une vision déformée et imprécise, quelle que soit la distance. Par exemple, un astigmatisme va confondre des caractères proches, comme les chiffres 0 et 8 ou les lettres M et N.

### La chirurgie au laser: de plus en plus employée

Technologie de pointe éprouvée, le laser – notamment par la technique du Lasik pour remodeler la cornée – est de plus en plus utilisé. Il permet de se débarrasser de sa presbytie et, en même temps, de sa myopie, de son astigmatisme ou de son hypermétropie, en une demi-heure. Tous les presbytes peuvent se faire opérer à partir de la quarantaine. Mais, à cet âge, la presbytie évolue et

des retouches sont nécessaires tous les cinq à sept ans en moyenne. Une contrainte qui ne décourage pas les candidats à l'opération, puisque près de 50 % des chirurgies au laser concernent la presbytie. «Ce n'est pas étonnant, les résultats sont très satisfaisants : 90 % des patients opérés ne portent plus de lunettes, et 10 % uniquement dans certaines situations exigeant une vision très précise», affirme le chirurgien ophtalmologiste Jean-Marc Ancel. Le laser ne

fait pas pour autant des miracles. Il ne permet pas de retrouver la vue de ses 20 ans, juste la possibilité de vivre sans lunettes dans la majorité des situations de la vie courante au prix, parfois, d'une toute petite altération de la vision.

**Combien ça coûte?** Entre 2300 et 2700 € (pour les deux yeux) selon la technique et le type de laser utilisé. Le laser n'est pas remboursé par l'Assurance maladie, mais certaines mutuelles le prennent en charge.

## Les implants : de plus en plus efficaces

Au-delà de 60 ans, la pose d'implants multifocaux est plus indiquée que le laser. La méthode consiste à remplacer le cristallin naturel par un implant en plastique transparent adapté à la vue de la personne. « Les implants multifocaux existent depuis près de quinze ans, explique le Dr Ancel. Mais ce sont les dernières générations datant d'il y a quatre ans qui donnent les meilleurs résultats. » Comme pour le laser, cette opération de la presbytie peut corriger en même temps les myopes, les astigmates ou les hypermétropes. Le taux de satisfaction est aussi élevé : 95 % des personnes opérées ne portant plus de lunettes et moins de 10 % occasionnellement (pour la conduite de nuit, par exemple). La pose d'implants permet aussi de résoudre les problèmes de cataracte, le cristallin ayant tendance à s'opacifier avec l'âge.

B. BOISSONNET/RSIP

**Combien ça coûte ?** En cas de cataracte associée, l'intervention peut être remboursée par la Sécurité sociale. Les implants multifocaux coûtent entre 2 800 et 3 400 € (pour les deux yeux) en fonction des lentilles utilisées. Mais, contrairement au laser, la correction par implant est plus stable et quasi définitive.

## Le bon plan

**Vous êtes enceinte ?** Le site de l'Assurance maladie propose une nouvelle rubrique « Vous allez avoir un enfant ». Vous y trouverez un agenda, des guides d'information en ligne concernant les grandes étapes de votre grossesse et un simulateur de vos indemnités journalières. \*[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr) : en bas de la page d'accueil du site, dans « Vous êtes assuré », cliquez sur « Maternité ».

## Témoignages

### Maxime, peintre en bâtiment, a choisi la chirurgie au laser

« Je me suis fait opérer de ma presbytie l'année dernière, à 48 ans. Je portais des lunettes depuis cinq ou six ans, et cela me gênait dans mon travail et aussi pendant mes loisirs [Maxime est sportif, ndlr]. J'ai essayé les lentilles, mais je les supportais mal. Certes, le laser a un coût, mais les lunettes et les lentilles finissent par revenir aussi

cher. J'ai choisi un chirurgien ophtalmologiste en qui j'avais confiance. Tout s'est passé en trente minutes, pour les deux yeux, avec un petit anesthésiant local sous forme de goutte. Après, c'est un peu désagréable quelques heures, mais très supportable. En tout cas, aujourd'hui, je suis satisfait de m'être débarrassé de tout mon attirail. »

### Sylvie, jeune retraitée, a opté pour les implants multifocaux

« J'ai été myope toute ma vie. J'ai porté des lunettes, puis des lentilles quand je voulais être plus coquette. Comme tous les myopes, passé la cinquantaine, je suis devenue aussi presbyte et j'ai été corrigée pour cela. Les progrès de la médecine aidant, mon ophtalmo m'a dit un jour que je pouvais me faire opérer pour la myopie et la presbytie en même

temps et qu'en plus j'éviterai les problèmes de cataracte en vieillissant. J'ai 62 ans, je suis à la retraite et suis restée active. L'idée m'a tout de suite séduite, d'autant plus que la pose des implants ne dure que quinze minutes et qu'elle n'est pas douloureuse. Il faut seulement attendre une semaine pour l'opération du deuxième œil. »