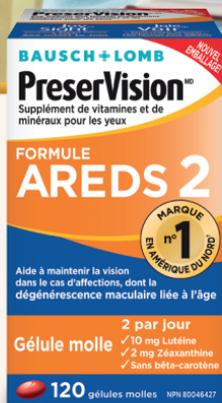


Une introduction à la  
**Dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA)**

**Parce que vos yeux  
sont précieux**



MARQUE  
**N°1**  
EN AMÉRIQUE DU NORD\*



**PreserVision<sup>MD</sup>**  
Supplément de vitamines et  
de minéraux pour les yeux  
**Formule AREDS 2**

**BAUSCH + LOMB**  
Mieux voir pour mieux vivre.



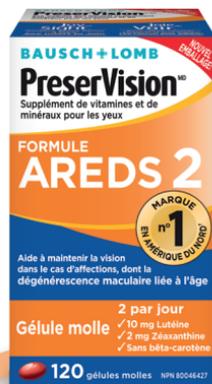
**BAUSCH + LOMB**  
Mieux voir pour mieux vivre.

## Pour commencer

Il peut être inquiétant d'apprendre que l'on est atteint d'une dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA), mais plus on dispose d'informations sur la maladie, moins on est anxieux. Glaner toute l'information nécessaire sur la DMLA peut aider à prendre des décisions éclairées au sujet du traitement et des modifications au style de vie et contribuer à ralentir la progression de la maladie.

Ce livret est un bon point de départ, mais si vous souhaitez obtenir de l'information plus détaillée, nous vous encourageons à consulter la liste des ressources utiles à la page 12.

Ces ressources vous permettront d'obtenir des renseignements supplémentaires au sujet des maladies oculaires liées à l'âge, plus précisément la forme sèche et humide de la DMLA, les facteurs de risque, la prévention et les stratégies de traitement.



# Plan d'action : DMLA

## Ce que vous devez savoir à propos de la DMLA

La DMLA affecte la macula, une petite zone située au centre de la rétine, qui est responsable de la vision centrale la plus fine et dont on a besoin pour accomplir des activités comme la lecture et la reconnaissance des visages. La DMLA apparaît sous deux formes : la forme **sèche** et la forme **humide**.

### DMLA sèche

- › La DMLA sèche se caractérise par l'apparition de petits dépôts jaunes, appelés *drusen*, situés à l'arrière de l'œil, qui est parfois suivie d'un amincissement graduel de la rétine et de la perte de vision.



## La **DMLA SÈCHE** représente environ **90 %** de tous les cas de DMLA<sup>1</sup>

- › La formation et l'accumulation de drusen au fil du temps peuvent endommager la rétine et les photorécepteurs dans la macula et entraîner une perte permanente de la vision centrale – un processus très lent qui peut prendre des années avant de devenir apparent.
- › Avec la DMLA sèche, la perte de vision se produit lentement et peut être moins grave qu'avec la DMLA humide.
- › Les personnes atteintes d'une DMLA sèche sont plus à risque de développer une DMLA humide, car la forme sèche peut se transformer en tout temps en forme humide.
- › Bien qu'il n'existe aucun traitement pouvant guérir la DMLA sèche, une combinaison spéciale d'éléments nutritionnels comme le supplément de vitamines et de minéraux pour les yeux PreserVision<sup>MD</sup> formule AREDS2 peut aider à maintenir la vue dans les cas de DMLA.

## **DMLA humide**

- › La DMLA humide se distingue par la croissance spontanée de nouveaux vaisseaux sanguins anormaux sous la rétine. Ces vaisseaux sont fragiles et présentent des fuites de sang dans les tissus avoisinants, ce qui peut entraîner une diminution rapide de la vision centrale et, sans traitement approprié, mener à une perte grave de la vision.
- › La perte de la vision centrale attribuable à la DMLA humide peut être rapide et grave.

La **DMLA humide** représente environ **10 %** de tous les cas de DMLA et, pourtant, elle est responsable de la perte de vision grave souvent associée à la DMLA<sup>1</sup>

- › Plusieurs options de traitement sont désormais offertes pour prendre en charge efficacement la DMLA humide. Certaines thérapies peuvent bloquer ou éliminer la croissance des vaisseaux sanguins anormaux, ce qui limite tout autre dommage à la vision.
- › Comme il n'existe pas de cure pour la DMLA humide, une surveillance régulière des patients et des examens fréquents et approfondis de la vue s'imposent.

# Ce à quoi vous attendre

- › À ses premiers stades, la DMLA sèche passe souvent inaperçue. Lorsqu'un seul œil est atteint, il arrive souvent que l'œil non atteint compense, ce qui rend difficile la détection de changements survenant à votre vision.
- › Les deux formes de DMLA sont indolores, ce qui ne facilite pas non plus leur dépistage.
- › Il peut s'écouler plusieurs années avant que la DMLA sèche ait un effet significatif sur votre vision.
- › Au fil du temps, les dommages causés à votre macula et aux photorécepteurs par les deux types de DMLA entraînent l'apparition de taches noires au centre du champ de vision. Votre vision périphérique (latérale), n'est pas touchée par la DMLA.



- › Les taches noires centrales rendent plus difficile de conduire, lire, coudre, regarder la télévision et voir clairement les visages de proches ou d'amis.
- › La DMLA humide peut également causer une métamorphopsie, une déformation du champ de vision (p. ex., des lignes ondulées) qui est particulièrement manifeste lorsque le sujet regarde des objets rectilignes (poteaux de téléphone, gratte-ciel, etc., qui semblent courbés ou tordus). Cette déformation se produit lorsque de nouveaux vaisseaux sanguins anormaux créent une petite bosse soulevant la macula ou modifient son contour normal.

## Ce qu'il faut faire

- › Des visites régulières chez votre professionnel de la vue peuvent vous aider à surveiller la progression de votre maladie et vous fournir des options de traitement au moment opportun.
- › Faites régulièrement chez vous le test de la grille d'Amsler afin de détecter tout changement à votre vision et avisez immédiatement votre professionnel de la vue le cas échéant.

- › Modifiez certaines habitudes de vie, celles identifiées comme facteurs de risque pour l'apparition et la progression de la DMLA.
  - Cessez de fumer
  - Mangez beaucoup de légumes verts feuillus
  - Maintenez un poids santé
  - Faites de l'exercice physique
  - Évitez l'exposition prolongée à la lumière du soleil et protégez vos yeux des rayons UV
- › Si votre professionnel de la vue vous le recommande, prenez le supplément de vitamines et de minéraux pour les yeux PreserVision<sup>MD</sup> formule AREDS2.
- › Parlez de votre maladie aux membres de votre famille immédiate car :
  - Les membres de la famille de première génération sont trois fois plus à risque de développer une DMLA.
  - Des modifications précoces au mode de vie peuvent influencer significativement le développement de la DMLA.



# PreserVision<sup>MD</sup>

## Supplément de vitamines et de minéraux pour les yeux

### Formule AREDS 2

Selon l'étude la plus récente menée sur les maladies oculaires liées à l'âge (AREDS2\*), le supplément de vitamines et de minéraux pour les yeux PreserVision<sup>MD</sup> formule AREDS 2 :

- › contient des vitamines et des minéraux antioxydants essentiels à la santé des yeux;
- › aide à maintenir la vue dans le cas de maladies comme la DMLA.



\* L'étude AREDS d'origine était une étude clinique d'envergure regroupant 3640 participants qui ont été évalués pendant 6 ans. L'étude de suivi, AREDS2, a évalué 4203 patients randomisés sur une période de 5 ans dans 82 centres cliniques aux États-Unis.

# Ingrédients actifs de la formule AREDS2 (par dose quotidienne)<sup>1</sup>

**Vitamine C**  
(500 mg)

**Vitamine E**  
(400 UI)

**Zéaxanthine**  
(2 mg)

**Zinc**  
(80 mg)

**Lutéine**  
(10 mg)

**Cuivre**  
(2 mg)



# Intégrez

## PreserVision<sup>MD</sup>

Supplément de vitamines et de minéraux pour les yeux

### Formule AREDS 2

## à votre routine quotidienne

- Prenez 2 gélules par jour, ou selon les recommandations de votre professionnel de la vue, 1 le matin et 1 le soir, avec un grand verre d'eau et de la nourriture. Prenez-les quelques heures avant ou après la prise d'autres médicaments.



**Les avantages du supplément de vitamines et de minéraux pour les yeux PreserVision<sup>MD</sup> formule AREDS 2 englobent :**



Taille réelle

- Petite taille
- Forme lisse
- Gélule facile à avaler

# PreserVision<sup>MD</sup>

Supplément de vitamines et de minéraux pour les yeux

## Formule AREDS 2

### NE contient PAS de bêta-carotène

- › Certains médecins recommandent aux patients qui fument, ou aux ex-fumeurs, d'éviter de prendre des suppléments contenant du bêta-carotène en raison d'un risque accru de cancer du poumon.
- › Au lieu du bêta-carotène, le supplément de vitamines et de minéraux pour les yeux PreserVision<sup>MD</sup> formule AREDS 2 contient de la lutéine et de la zéaxanthine qui sont des composants essentiels de la macula.
- › Le supplément de vitamines et de minéraux pour les yeux PreserVision<sup>MD</sup> formule AREDS2 ne contient aucun bêta-carotène et convient aux fumeurs, ex-fumeurs et non-fumeurs.

**X** Bêta-carotène

# Sources d'information utiles pour la santé oculaire

## **Réadaptation en déficience visuelle Canada**

info@readapdv.ca

[www.visionlossrehab.ca/fr](http://www.visionlossrehab.ca/fr)

1-844-887-8572

## **Vaincre la cécité Canada**

[www.fightingblindness.ca/fr](http://www.fightingblindness.ca/fr)

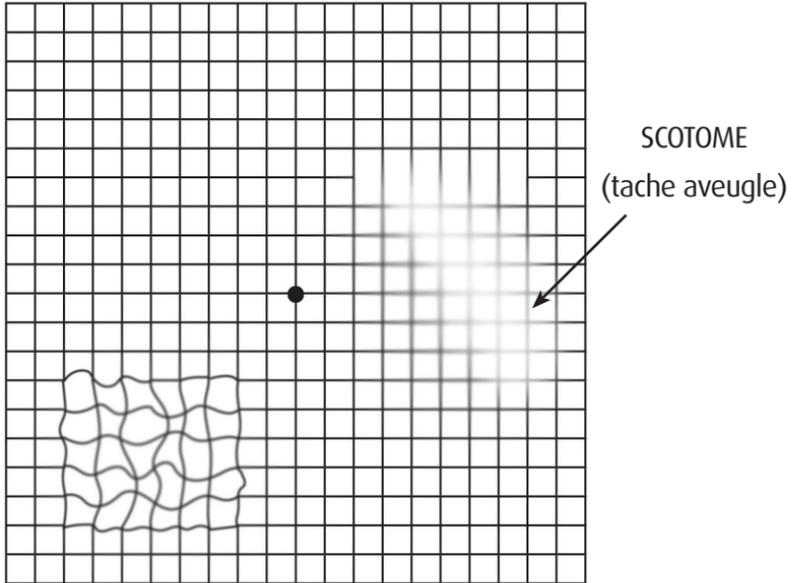
1-800-461-3331



# Gardez la grille d'Amsler de façon à la voir tous les jours

- › Si vous utilisez des verres correcteurs, portez-les lorsque vous faites le test.
- › Tenez la grille à une distance de lecture de 35 cm (environ 14 po) de vos yeux.
- › Recouvrez un œil à la fois avec votre main.
- › Fixez le point situé au centre de la grille. Ne laissez pas votre œil dériver du point central.
- › Communiquez immédiatement avec votre professionnel de la vue si :
  - L'une des lignes droites apparaît ondulée ou courbée.
  - L'une des cases a une taille ou une forme différente des autres.
  - L'une des lignes est manquante, floue ou décolorée.

# Vérifiez votre vision tous les jours avec la grille d'Amsler, votre outil de dépistage. Moins d'une minute suffit!



MÉTAMORPHOSIE  
(modification)

## Mode d'emploi de la grille d'Amsler

1. Si vous utilisez des verres correcteurs, portez-les lorsque vous faites le test.
2. Tenez la grille à une distance de lecture de 35 cm (environ 14 po) de vos yeux.
3. Recouvrez un œil et fixez le point situé au centre de la grille. Ne laissez pas votre œil dériver du point central.
4. Notez si des lignes semblent déformées ou brisées lorsque vous regardez la grille, ou s'il en manque.
5. Répétez ce processus avec l'autre œil.

# Soyez à l'affût de tout changement à votre vision dans le confort de votre foyer

Utilisez la GRILLE D'AMSLER au verso de cette page  
pour surveiller votre DMLA.



# PreserVision<sup>MD</sup>

Supplément de vitamines et de minéraux pour les yeux

## Formule AREDS 2



 Deux par jour suffisent.

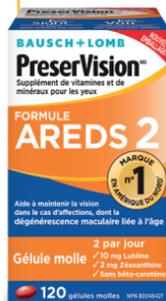
Demandez à votre professionnel de la vue si vous devriez prendre le supplément de vitamines et de minéraux pour les yeux PreserVision<sup>MD</sup> formule AREDS 2.



L'adhésion est **GRATUITE** et vous recevrez :

- De **précieux bons-rabais** au cours de l'année
- Des conseils d'experts et des renseignements sur la DMLA
- Des astuces pour vous aider à réduire le risque de progression de votre DMLA

Adhérez à [joiedevoir.ca](http://joiedevoir.ca)



**BAUSCH + LOMB**  
Mieux voir pour mieux vivre.

Pour vous assurer que ce produit vous convient, lisez et suivez toujours ce qu'indique l'étiquette.

DMLA = dégénérescence maculaire liée à l'âge; AREDS 2 = Age-Related Eye Disease Study 2 (secondé étude sur les maladies oculaires liées à l'âge);

NEI = National Eye Institute

1. Lutein + zeaxanthin and omega-3 fatty acids for age-related macular degeneration. The Age-Related Eye Disease Study 2 (AREDS2) randomized clinical trial. JAMA 2013;309(19):2005-2015. doi: 10.1001/jama.2013.4997

† Données en dossier pour la marque n° 1 en Amérique du Nord, Bausch + Lomb. 1. Maladies oculaires - Fiche de renseignements sur la dégénérescence maculaire liée à l'âge. <https://www.fightingblindness.ca/fr/eye-diseases-pathways/age-related-macular-degeneration/>

MD/MC sont des marques de commerce de Bausch + Lomb Corporation ou de ses filiales. Bausch + Lomb Corporation, Vaughan (Ontario) L4K 4B4

© 2022 Bausch + Lomb Corporation TP19737 110-3459