FICHE CONSEIL SANTE

Partenaire de votre santé, votre pharmacien vous conseille et vous délivre des produits adaptés à votre cas.

Les éléments d'information supplémentaires apportés par cette fiche ne peuvent se substituer à l'avis d'un professionnel de santé connaissant votre situation particulière.

Pharmacie de l'Europe
23, rue d'Avignon
62510 Arques
www.europe-pharma.com
----- Votre pharmacien ------

Ophtalmologie

Yeux rouges : à ne jamais négliger

De quoi parle-t-on ?

L'apparition d'une rougeur de l'œil peut être le signe de diverses affections, des plus bénignes aux plus préoccupantes. La localisation de la rougeur et les autres symptômes visibles ou non permettent une première orientation pour évaluer le degré d'urgence à consulter un médecin.

Que peut-on faire ?

Si l'oeil est rouge sans douleur ni baisse de la vision

- L'hémorragie sous-conjonctivale

Il s'agit d'une petite "flaque" de sang qui forme une **tache rouge sombre bien limitée dans le blanc de l'œil.** C'est une petite hémorragie sous la conjonctive (la fine membrane qui recouvre tout l'œil sauf la cornée).
Elle a pu apparaître d'un seul coup, sans cause apparente ou après un effort.
Dans la plupart des cas, cette hémorragie est peu étendue et sans gravité (une fragilité des capillaires sanguins est parfois évoquée). Elle se résorbe spontanément en une dizaine de jours.
Si elle se répète, il sera indispensable de faire contrôler votre tension artérielle et de rechercher une anomalie de la coagulation du sang.

En cas de traumatisme ou choc de l'oeil même minime.
L'hémorragie peut être la trace de la pénétration d'un petit corps étranger dans l'oeil et il faut aller consulter rapidement un ophtalmologiste.

- Les conjonctivites

Il s'agit de la cause la plus fréquente de rougeur de l'œil.
Les deux yeux sont généralement atteints, simultanément ou l'un peu après l'autre :

- **rougeur** plus ou moins diffuse, prédominant autour des paupières, avec des petits vaisseaux visibles,
- gêne et **sensation de corps étranger** irritant dans l'œil (comme des grains de sable),
- parfois larmoiement, démangeaisons, léger gonflement des paupières et **sécrétions** plus ou moins sales troublant la vue.

Les conjonctivites sont le plus souvent bénignes, elles guérissent avec un traitement local (collyre) en fonction de la cause (infection bactérienne, virale ou allergie).

Attention aux collyres de la pharmacie familiale
Ne mettez pas de vous-même un collyre sans avis de votre médecin ou de votre pharmacien. Les principes actifs qu'il contient ne sont pas forcément adaptés à votre cas. De plus, vérifiez toujours la date de validité et sachez qu'un collyre entamé ne se conserve pas plus de 2 à 4 semaines (mention indiquée sur l'emballage ou la notice).

- La fatigue, l'iritation et la sécheresse oculaires

Une gêne oculaire, des picotements, des larmoiements et une petite rougeur diffuse sont souvent banaux, reflétant une **fatigue oculaire**.
Mais ces signes peuvent aussi aussi témoigner d'un **problème de vision** (myopie, astigmatisme,…) à faire corriger. Mieux vaut consulter un ophtalmologiste si vos yeux se fatiguent vite (à la lecture, au travail sur écran ou à la lumière), surtout si vous souffrez aussi de maux de tête.

Si vous travaillez ou vivez dans une ambiance enfumée, polluée, très chauffée ou climatisée, vos yeux seront facilement **desséchés et irrités**. Dans ce cas, des solutions de lavage oculaires et/ou des gouttes de type "larmes artificielles" peuvent vous soulager.

Informations de publication
Médecin rédacteur Dr Laurence MIR McCann Santé Multimédia

Partenaire de votre santé, votre pharmacien vous conseille et vous délivre des produits adaptés à votre cas.

Les éléments d'information supplémentaires apportés par cette fiche ne peuvent se substituer à l'avis d'un professionnel de santé connaissant votre situation particulière.

Pharmacie de l'Europe
23, rue d'Avignon
62510 Arques
www.europe-pharma.com
----- Votre pharmacien ------

Ophtalmologie

Yeux rouges : à ne jamais négliger

(Suite)

Détendre ses yeux
Au cours des taches qui nécessitent une attention soutenue, il est conseillé de faire des pauses régulières pour détendre ses yeux. Quittez la feuille ou l'écran que vous fixez depuis un moment et portez votre regard au loin, dans le vague, sans rien regarder de précis mais au contraire en essayant d'obtenir un "flou" visuel.

Si l'oeil est rouge et douloureux

- Les kératites

Il s'agit d'une atteinte de la cornée (partie transparente de l'oeil en avant de l'iris). La douleur et la **baisse de l'acuité visuelle** sont variables selon les cas, accompagnées :

- d'une **rougeur en cercle** autour de la cornée,
- d'un larmoiement,
- d'une intolérance à la lumière (qui majore la douleur)

Les causes des kératites sont variées :

- **un traumatisme** ayant occasionné une griffure cornéenne (branche d'arbre, coup d'ongle, blessure par une lentille cornéenne ...) avec ou non un corps étranger "fiché" dans la cornée,
- **une brûlure** par les rayons ultraviolets du soleil (comme dans "l'ophtalmie des neiges" due à la réverbération intense des UV sur la neige) ou par la projection d'une substance chimique,
- **une infection** : soit extension d'une conjonctivite bactérienne, soit atteinte virale dont la plus grave est due au virus de l'herpès.

Attention aux lentilles de contact.
Si vous portez des lentilles, il faudra toujours les enlever rapidement en cas d'irritation oculaire ou d'apparition d'une rougeur de l'oeil en attendant la consultation médicale.

Les kératites nécessitent une consultation en urgence chez l'ophtalmologiste pour un examen et des soins appropriés.

- Les uvéites

Ce sont des affections internes de l'oeil dont les causes sont diverses.
La douleur est souvent profonde et sourde, allant vers les oreilles, les sinus ou les dents. Elle est amplifiée par les mouvements du globe oculaire, la lumière, la pression. L'oeil est rouge, larmoyant, **la vision est floue ou réduite**.
Une **consultation urgente chez l'ophtalmologiste** s'impose.

- La crise de glaucome aigu

C'est une **urgence absolue**.
La douleur est aiguë et intense, la vision est brusquement très abaissée et l'oeil est rouge (avec un cercle rouge autour de la cornée) et dur.
Ce type de crise **ne concerne pas la forme la plus fréquente de glaucome**, le glaucome chronique (également appelé "à angle ouvert") qui évolue de façon insidieuse, sans douleur.
Une crise de glaucome aigu ne survient que chez des **personnes prédisposées** du fait de particularités anatomiques de l'oeil.
Si cette prédisposition est méconnue, la crise peut être déclenchée par la prise de médicaments portant la mention "contre-indication glaucome" (dont certains produits «anti-rhume», des neuroleptiques, des antispasmodiques).

Informations de publication
Médecin rédacteur Dr Laurence MIR McCann Santé Multimédia