

Je respecte la prescription de lunettes ou de lentilles faite pour mon enfant

Le site du Docteur Said GHEZAYEL

Adresse du site : www.docvadis.fr/doc-ghezayel



Validé par

le Comité Scientifique Ophtalmologie

Détecter et traiter précocement les troubles visuels de l'enfant est primordial. Lorsqu'un traitement correctif est prescrit, il est important de le respecter et de le faire accepter par l'enfant.

A partir de quel âge, peut-on mettre des lunettes à un enfant ?

Un examen ophtalmologique peut être réalisé dans les premières semaines de la vie d'un bébé, et des lunettes peuvent être prescrites dès l'âge de 2 mois. Corriger précocement le trouble de la vue d'un enfant permet de préserver sa vision. De plus, le traitement correctif et les lunettes sont d'autant mieux acceptés qu'ils sont mis en place tôt.

Comment choisir les lunettes de mon enfant ?

Ne choisissez pas les lunettes de votre enfant comme vous choisiriez les vôtres. Ses lunettes ne sont pas un accessoire de mode, mais un « traitement médical » destiné à corriger son trouble visuel. Il est important qu'il soit à l'aise avec ce nouvel accessoire.

Quelles sont les caractéristiques d'une bonne paire de lunettes ?

Pour votre enfant, choisissez des lunettes adaptées à la morphologie de son visage. Elles doivent trouver leur place au millimètre près et se poser naturellement sur les trois points d'appui que sont la base du nez et les oreilles. Elles doivent être assez hautes, de manière à garantir à votre enfant un champ de vision

maximum. Evitez les montures étroites qui l'inciteraient à regarder « par dessus ses verres ». Avant 8 ans, préférez une monture en plastique conçue pour ne pas le blesser en cas de choc. Cette monture doit être à la fois flexible au niveau des branches et indéformable. Il en existe de nombreux modèles. Une fois ces critères respectés, vous pouvez laisser votre enfant choisir librement sa monture, selon ses goûts et ses envies, pour qu'il puisse se les approprier. A noter : un petit trou au bout de chaque branche est très pratique. Ils permettent ainsi de mettre un cordon.

Et les verres correcteurs ?

Des verres incassables sont obligatoires chez l'enfant. Ils peuvent être traités anti-rayures. Pour les troubles visuels importants, ils doivent être amincis par l'opticien.

Les lunettes de soleil sont-elles indispensables chez l'enfant ?

Oui, et même chez un bébé dès 3 mois ! Les rayons ultraviolets (UVA et UVB) abîment la cornée et favorisent les maladies de la rétine. Les yeux des bébés et des enfants sont encore plus sensibles aux UV que ceux des adultes. Attention, de simples lunettes sombres ne suffisent pas à protéger sa vue. Les verres doivent filtrer les rayons UV du soleil.

Comment dois-je choisir les lunettes de soleil de mon enfant ?

Les deux facteurs qui doivent en priorité orienter votre choix sont la sécurité et le confort de votre enfant. Les verres doivent être incassables, la mention CE, ainsi que l'indice de filtration des UV (ou indice de protection) doivent être indiqués. Là encore, le choix de la monture est essentiel : votre enfant ne doit pas être gêné. Ces lunettes doivent être adaptées à sa morphologie, ne pas glisser... Les lunettes seront d'autant mieux acceptées par votre enfant.

Et les lentilles, à partir de quel âge ?

L'amélioration de la qualité des matériaux utilisés permet désormais l'adaptation des lentilles de contact à tout âge.

Chez l'enfant de moins de 3 ans, on limite le port de lentilles à des cas particuliers (cataracte opérée sans implant).

De 3 à 8 ans, on peut proposer l'adaptation des fortes amétropies (myopie, difficulté à voir de loin ; ou

hypermétropie forte, difficulté à voir de près). Au-delà de 8 ans, elles peuvent constituer une solution esthétique pour les enfants qui « supportent mal » les lunettes ou qui font l'objet de moqueries (port de « grosses lunettes »). Elles peuvent aussi être particulièrement adaptées à certaines activités, en particulier sportives.

Y a-t-il des contraintes particulières liées aux lentilles ?

Oui. L'adaptation nécessite une participation active des parents et des enfants. Des règles d'hygiène et d'entretien sont à respecter. Jusqu'à l'entrée au cours préparatoire, ce sont les parents qui manipulent les lentilles. Ensuite, l'enfant motivé est rapidement autonome et manipule ces lentilles seul. Par ailleurs, le suivi médical est plus strict qu'avec des lunettes, en particulier un suivi de l'évolution de la cornée est nécessaire. Tout effet indésirable (œil rouge, douleur) impose le retrait des lentilles et la demande d'un avis médical.

Lentilles ou lunettes, comment choisir ?

Les lentilles sont adaptées à pratiquement tous les troubles visuels (myopie, hypermétropie, astigmatisme...). Attention, l'adaptation des lentilles est un acte médical que seul votre ophtalmologiste est habilité à réaliser. Il s'assurera que les yeux peuvent supporter ces lentilles. C'est lui qui choisira les lentilles les mieux adaptées, en fonction des caractéristiques spécifiques de l'œil de votre enfant et de ses besoins (lentilles souples ou rigides).

Est-ce que ces lentilles protègent aussi des UV ?

Certaines lentilles peuvent contenir un filtre UV intégré. Toutefois, ce filtre ne protège pas de l'éblouissement. Donc, le port de lunettes de soleil reste nécessaire.

Prendre soin des yeux d'un enfant permet de préserver son capital vision, voire de l'augmenter en corrigeant un trouble. Plus la correction arrive tôt, plus elle a de chances de donner de bons résultats. Il ne faut donc jamais reporter à plus tard le traitement d'un trouble visuel. Lunettes ou lentilles doivent être portées selon la prescription.