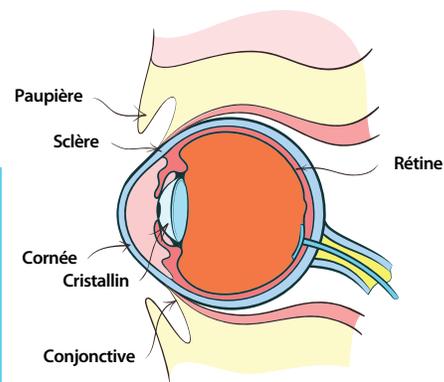


DOMMAGES AUX YEUX PAR LE SOLEIL

Dans les sondages, les gens disent souvent que la vision est le sens qu'ils chérissent le plus. Pourtant, la plupart des gens ne savent pas qu'ils risquent de développer des lésions oculaires ou même une perte de vision permanente chaque jour qu'ils passent sans lunettes de soleil. Voici un résumé des principales structures de l'œil, ainsi qu'une brève description des dommages que trop de soleil peut leur infliger.



PAUPIÈRE

Bien qu'ils ne font pas partie de l'œil lui-même, les paupières et la peau autour des yeux servent des fonctions importantes et prendre soin de ces structures devraient faire partie de vos soins visuels.

Trop de temps au soleil sans lunettes bloquant 100 pourcent des UV et une quantité significative de lumière visible à haute énergie, (HEV ou "lumière bleue"), peut augmenter le risque de cancer de la paupière et de la peau autour des yeux.

Le cancer le plus fréquent qui affecte les paupières est le carcinome basocellulaire (BCC), qui représente environ 85 pourcent de toutes les tumeurs des paupières et c'est le type de cancer le plus fréquent dans tout le corps.

SURFACE AVANT DE L'OEIL

La surface avant de l'œil se compose de ces structures :

Cornée

La "fenêtre" claire centrale du globe oculaire qui laisse entrer la lumière dans l'œil. La cornée fournit environ 70 pourcent du pouvoir accommodatif de l'œil.

Sclère

Le revêtement extérieur dur qui forme le "blanc" de l'œil.

Conjonctive

Conjonctive - Membrane claire et mince qui contient de minuscules vaisseaux sanguins recouvrant la sclère.

Les problèmes oculaires liés au soleil affectant la surface avant de l'œil comprennent :

Photokératite

Coup de soleil douloureux sur la cornée. Communément appelé cécité des neiges, la photokératite peut arriver en été également - particulièrement à cause de la réflexion des UV et de la lumière à HEV sur l'eau.

Pinguecula

Une non-cancéreuse mais disgracieuse excroissance jaune sur la conjonctive

Ptérygion

Une excroissance rose, de forme triangulaire sur la sclère qui peut envahir la cornée, et causer des problèmes de vision.

Tumeur sur la conjonctive

L'exposition répétée au soleil a été liée à un cancer de la conjonctive appelée carcinome à cellules squameuses, pouvant réapparaître même après son traitement et pouvant se propager à d'autres parties du corps.

CRISTALLIN

La lentille de l'œil, située directement derrière la pupille, travaille avec la cornée pour concentrer la lumière sur la rétine. Des études ont établi un lien entre l'exposition au soleil et certains types de cataractes, (brouillard sur la lentille), qui affectent la vision et ne peuvent être traitées qu'avec la chirurgie.

RÉTINE

La rétine est la paroi intérieure à l'arrière de l'œil sensible à la lumière, où celle-ci se transforme en impulsions électriques qui sont transmises au cerveau pour permettre de voir. Des rayons UV à longueur d'onde plus longues (UVA) et la lumière bleue à HEV peuvent pénétrer profondément dans l'œil et des essais cliniques ont démontrés que les cellules sensibles à la lumière de la rétine peuvent s'endommager, concordant aux changements causés par la dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA). Ces études et d'autres suggèrent qu'une personne s'exposant trop au soleil, peut augmenter son risque de DMLA plus tard dans la vie. À l'heure actuelle, il n'existe aucun remède à la dégénérescence maculaire, celle-ci pouvant même causer la cécité totale.



LA MEILLEURE PROTECTION CONTRE LE SOLEIL

La meilleure façon de protéger les yeux, les paupières et la peau autour des yeux contre les dommages liés au soleil est de porter des lunettes de soleil de qualité qui bloquent 100 pour cent les rayons UV et protègent également les yeux de la lumière bleue. Et rappelez-vous: les rayons UV peut traverser les nuages, de sorte que les lunettes de soleil sont importantes autant lors des jours à ciel couvert que pendant les journées ensoleillées.

HOYA
MUCH MORE TO SEE