

quotidiennes. Dans ce cas, les lunettes prismatiques ne sont pas absolument nécessaires. De nombreux troubles occasionnés par une hétérophorie associée ne sont toutefois pas mis en relation avec les yeux. Les utilisateurs de la MCH renseigneront toujours exhaustivement et individuellement. Il va de soi que la décision de porter ou non des lunettes prismatiques est du ressort de chaque personne concernée.

### Comment continuer après les premières lunettes prismatiques?

Veillez respecter les heures de port recommandées par votre spécialiste et évaluez vous-même le succès de la correction prismatique après quelque temps. Suite à une brève phase d'accoutumance à la première paire de lunettes prismatiques, le succès subsistera durablement dans la plupart des cas. Des restrictions peuvent toutefois survenir parfois à nouveau, après une certaine durée de port. De nouveaux verres seront alors utiles. Les frais ainsi engendrés ne sont pas pris en charge par toutes les caisses-maladie.

De telles modifications des valeurs mesurées peuvent survenir lorsque les efforts compensatoires habituels des yeux ne se détendent totalement que progressivement, suite au port prolongé des lunettes prismatiques.

Si, malgré une durée de port prolongée, aucune amélioration n'est perceptible, alors les restrictions ne sont pas occasionnées par l'hétérophorie associée. Dans certains cas (env. 2%), l'hétérophorie associée est tellement grande qu'une correction à l'aide de verres prismatiques devient défavorable en raison du poids, de l'épaisseur et de l'image produits par les verres. Une opération des muscles oculaires peut alors être envisagée.

### Critiques envers la MCH

Des avis divergents se font jour dans le monde professionnel pour savoir si et comment des hétérophories associées devraient être corrigées. Pour les enfants, les lunettes prismatiques ne

sont approuvées que par de rares ophtalmologues. Les fondements de la MCH, en particulier, sont controversés, ce qui peut désécuriser les personnes concernées.

Dans la pratique, un grand nombre de succès manifestes avec des lunettes prismatiques MCH leur font face. Ce n'est certes pas une preuve scientifique quant à leur efficacité; en raison de la fréquence des succès, un effet exclusivement de placebo est toutefois peu vraisemblable. Pour de nombreuses autres méthodes établies, il n'existe pas de preuves rigoureusement scientifiques non plus.

Avec l'aimable recommandation de:

Secrétariat de l'IVBS  
Bergstr. 10, D-65558 Flacht  
Téléphone: +49 / (0) 64 32 / 920 320  
Téléfax: +49 / (0) 64 32 / 920 321  
Courriel: info@ivbs.org

[www.ivbs.org](http://www.ivbs.org)



Information

## Hétérophorie associée et lunettes prismatiques

### Avez-vous...

- des troubles de l'effort tels que maux de tête, migraine, douleurs oculaires, picotement des yeux?
- rapidement de la fatigue en lisant, même avec des lunettes?
- une sensibilité particulière à la lumière?
- des problèmes visuels en travaillant à l'écran?
- eu des lunettes avec lesquelles vous aviez une mauvaise vue?

Si oui, vous devriez faire un contrôle pour voir si vous avez une hétérophorie associée.

## Qu'est-ce que l'hétérophorie associée?

L'hétérophorie associée est un défaut de la vue présent chez la plupart des gens, qui peut être corrigé à l'aide de lunettes dites prismatiques.

Ce défaut visuel peut, entre autres:

- occasionner une »mauvaise« vue, voire floue, plus ou moins prononcée,
- conduire à une vision exigeant un effort ou occasionnant de la fatigue, en particulier avec le travail à l'écran ou lors de lecture prolongée,
- provoquer des picotements des yeux, un larmoiement, des rougeurs oculaires,
- déclencher, voire renforcer, des douleurs oculaires, des maux de tête, de la migraine,
- déclencher, voire renforcer des distorsions dans le cou, la nuque et les épaules,
- occasionner une hypersensibilité à la lumière.

Si vous avez l'une des particularités mentionnées ci-dessus et qu'aucune cause n'a été découverte jusqu'ici, alors un contrôle relatif à une hétérophorie associée est recommandé. Cela est aussi valable si vous avez l'impression de voir assez bien, indépendamment du fait que vous portez ou non des lunettes.

Dans la plupart des cas, les restrictions occasionnées par l'hétérophorie associée peuvent être diminuées, voire supprimées, à l'aide de lunettes à verres prismatiques (fabrication spéciale).

Si la vision binoculaire doit fonctionner à la perfection, il faut que les deux yeux soient orientés très précisément sur l'objet observé. Lorsque les yeux sont correctement orientés et simultanément en position de repos, le processus se déroule sans problème. En présence d'une hétérophorie associée, ce n'est par contre pas le cas. Voir correctement est alors exigeant. Pour la vision avec une hétérophorie associée, il y a deux possibilités: soit il s'agit d'une petite déviation par rapport à la position la plus

agréable des yeux, ce qui peut conduire à une vue plus mauvaise, respectivement agitée, ou les yeux s'orientent de manière précise, ce qui est toutefois lié à un effort. Dans les deux cas, le processus se déroule inconsciemment.

## Comment constate-t-on une hétérophorie associée ?

L'hétérophorie associée peut être mesurée avec succès depuis quelque 50 ans à l'aide de la méthode de mesure et de correction d'après H.-J. Haase (MCH). Le contrôle est effectué par des opticiens/optométristes, ainsi que des ophtalmologues spécialement formés à cette méthode. Cette mesure demande beaucoup d'engagement, exige un équipement particulier, des connaissances détaillées et une démarche consciencieuse. C'est ainsi que la MCH livre alors les valeurs correctives pour la réalisation de lunettes prismatiques.

Les lunettes prismatiques déterminées à l'aide de la méthode classique - aujourd'hui encore très répandue - se révèlent souvent insupportables parce que les mesures ont été faites, entre autres, dans des conditions visuelles moins naturelles. Cela conduit à beaucoup de retenue lors d'ordonnances établies par des oculistes ayant une formation classique.

En cas d'hétérophorie associée sévère, les lunettes prismatiques, portées suffisamment longtemps et avec succès, peuvent être remplacées par une opération des muscles oculaires, entre autres si les verres sont épais et lourds.

## Des lunettes prismatiques, qu'est-ce que c'est?

Les lunettes prismatiques déchargent les personnes ayant une hétérophorie associée de l'effort de »réglage« des muscles oculaires. Les yeux peuvent ainsi prendre plus facilement leur position de repos. Les lunettes ont pour effet de diriger les images sur les endroits qui livreront la meilleure qualité visuelle.

L'hétérophorie associée n'est pas une maladie, mais un défaut visuel. Voilà pourquoi les lunettes prismatiques ne la guérissent pas. Afin d'exclure des causes pathologiques relatives à certains troubles, il est recommandé de clarifier les éventuels problèmes médicaux. Les lunettes prismatiques ne changent rien quant à l'existence de ce défaut visuel. Elles le compensent, comme pour chaque défaut visuel (p.ex. la myopie), mais seulement tant qu'elles sont portées. Les effets prismatiques peuvent être intégrés dans chaque verre, même les verres progressifs.

## Louche-t-on avec les lunettes prismatiques?

Lorsque l'on est en présence d'une hétérophorie associée importante, ce qui est rarement le cas, les yeux semblent effectivement »loucher« derrière les lunettes prismatiques. On ne louche pas réellement. Ce n'est que la position oculaire visible au repos. Quelqu'un qui louche réellement voit la collaboration entre les deux yeux perturbée durablement. Les lunettes prismatiques permettent par contre d'offrir, à quelqu'un qui a une hétérophorie associée, une collaboration idéale entre les deux yeux.

Les hétérophories associées sévères peuvent, après une durée de port suffisante de lunettes prismatiques, être chirurgicalement supprimées, entre autres en raison de verres prismatiques épais et lourds.

## Est-ce que chaque hétérophorie associée nécessite des lunettes prismatiques?

Non, le système visuel dispose, à l'intérieur de certaines limites, de possibilités de rééquilibrage. Cela donne toutefois fréquemment une qualité visuelle réduite et/ou des troubles de l'effort. En cas de stress progressif, ces problèmes surviennent la plus part du temps de manière renforcée.

Mais il est aussi possible que, malgré la présence d'une hétérophorie associée, aucune restriction subjective n'est ressentie durant les activités