

# L'orthokératologie, des lentilles de nuit pour freiner la myopie

L'orthokératologie fait partie des solutions existantes pour ralentir la progression de la myopie. Elle consiste à porter des lentilles rigides la nuit pour corriger la myopie et freiner l'allongement du globe oculaire. Non invasive, cette technique est pratiquée depuis longtemps aux Etats-Unis et en Asie. En France, de plus en plus d'ophtalmologistes la proposent notamment aux enfants ayant une myopie risquant d'évoluer.

# Comment l'orthokératologie fonctionne-t-elle ?

Grâce à la pression exercée par les larmes et les paupières sur la lentille rigide, l'orthokératologie permet de **remodeler** la couche superficielle de la cornée (épithélium) sans en modifier les couches cellulaires plus profondes. Cet aplatissement produit un double effet :

- il permet de corriger de façon temporaire la myopie : le fait de porter ses lentilles durant 7 heures la nuit permet d'obtenir une acuité visuelle de 10/10 le lendemain sans avoir besoin de lunettes ni de lentilles ;
- il permet de freiner sur le long terme la progression de la myopie.

Cette technique est **réversible** puisque la cornée reprend sa forme initiale à l'arrêt du traitement en orthokératologie. De plus, les nouveaux matériaux utilisés dans la conception des lentilles, associés à des solutions d'entretien très efficaces permettent de préserver la cornée.

# Quels sont les effets attendus en termes de freination de la myopie ?

Cette technique de remodelage cornéen s'est considérablement développée au cours des dernières années, notamment dans les pays asiatiques et anglosaxons, en raison de la découverte de son **effet freinateur sur la myopie.** Des études récentes ont en effet mis en

évidence son rôle dans le ralentissement de la croissance du globe oculaire par rapport à d'autres solutions de correction comme les lentilles rigides, les lunettes ou les lentilles souples. Selon les études, le taux de freination induit par l'orthokératologie varierait entre 40 et 70 %.

#### Cette campagne est soutenue par:







































# A qui cette solution s'adresse-t-elle?

Si l'orthokératologie permet de corriger d'autres troubles de la vision (hypermétropie, presbytie et astigmatisme), elle est particulièrement adaptée aux patients myopes, ayant notamment le profil suivant:

- enfant (à partir de l'âge de 6 ans) ou adolescent présentant un début de myopie risquant de progresser rapidement. La myopie évolutive de l'enfant est ainsi une des premières indications de l'orthokératologie;
- sportifs pratiquant des sports de combat ou des sports nautiques;
- patients travaillant dans un environnement professionnel rendant difficile le port de lunettes ou lentilles durant la journée (ex.: pompier, footballeur professionnel...);
- adultes myopes (jusqu'à 50/60 ans) pour lesquels la chirurgie réfractive est contre-indiquée;
- personnes intolérantes aux lentilles classiques.

# Quelles sont les conditions requises pour en bénéficier?

Il est indispensable de répondre à certains critères pour pouvoir bénéficier d'un traitement d'orthokératologie :

- diamètre de la pupille modéré;
- absence d'allergies sévères;
- motivation et rigueur: le traitement implique en effet de suivre au quotidien un protocole de pose, de retrait et d'entretien des lentilles de nuit. Pour ces raisons, il est recommandé d'attendre l'âge de 8/10 ans pour proposer ce traitement aux enfants qui doivent faire preuve de maturité et d'autonomie pour pouvoir suivre les mesures d'hygiène liées à l'orthokératologie;
- absence d'appréhension sur la pose de lentilles rigides ;
- **cycle de sommeil régulier** (au moins 6-7 heures de sommeil par nuit).

Par ailleurs, si les contre-indications restent assez rares, elles concernent les patients ayant certaines pathologies ou spécificités anatomiques :

- pathologies touchant la surface de la cornée (ex.: dystrophies cornéennes ou kératocône);
- cornée plate ou insuffisance lacrymale. Pour ces personnes, le traitement en orthokératologie peut toutefois être essayé pour vérifier qu'il est bien toléré.

# Quelles sont les limites de l'orthokératologie?

Si l'orthokératologie fait partie des solutions de freination prometteuses, elle comporte toutefois certaines limites :

- elle n'est efficace que sur les myopies modérées, car le centre de la cornée ne peut être aplati au-delà d'un certain seuil;
- comme pour toute lentille, il existe un risque infectieux notamment en cas d'hygiène insuffisante dans la manipulation et l'entretien des lentilles de nuit;
- le port de lentilles d'orthokératologie durant la nuit permet une vision nette pendant environ 16 heures le lendemain. Au-delà, c'est-à-dire au cours de la nuit suivante, la vision nocturne peut être moins bonne
- et nécessiter une correction optique (lentilles ou lunettes de vue) pour les activités exigeant une acuité visuelle optimale (ex. : conduite automobile);
- durant le sommeil, si les lentilles sont rarement gênantes, elles peuvent parfois se déplacer, ce qui peut perturber la vision du lendemain;
- en cas de traitement interrompu, la cornée reprend sa forme et la myopie retrouve sa valeur initiale (vision floue de loin). En raison de cet effet rebond à l'arrêt du traitement, l'orthokératologie doit être envisagée sur une période de plusieurs années;
- en cas de nuit courte, l'acuité visuelle le lendemain risque d'être plus faible.

# Tous les ophtalmologistes proposent-ils ce type de traitement?

Tous les ophtalmologistes ne sont pas habilités à prescrire et suivre ce dispositif de freination de la myopie. En effet, l'adaptation et le suivi de l'orthokératologie nécessitent une certaine expertise et expérience.

C'est pourquoi la première étape pour pouvoir bénéficier de ce type de traitements consiste à identifier les ophtalmologistes qualifiés sur cette technique.





