



## SOINS DES YEUX

Les yeux sont des organes fragiles particulièrement réactifs, et parfois les premiers à réagir en présence de polluants. Ces polluants peuvent être d'origines diverses : pollution atmosphérique, composé organique volatil, fumée etc..

Selon le docteur William REA, les yeux des malades MCS seraient le premier organe à réagir en présence de substances toxiques.

Les polluants peuvent provoquer des irritations oculaires, (picotements, sensation de corps étranger, sécheresse oculaires) occasionner des troubles de la vision et des oedèmes des paupières.

Le nerf optique se trouve avoir une position clé, plusieurs nerfs crâniens ont des liens avec l'œil (mouvements de l'œil, des paupières etc.), enfin des ganglions du système lymphatique se trouvent également près de l'œil.

Les MCS présentent très souvent une intolérance à la lumière vive, soleil ou lampe.

Les traitements ophtalmologiques chez les patients MCS demandent des précautions particulières. Une discussion préalable avec le praticien pour l'informer des contre indications dues à la maladie est nécessaire.

### ► Collyre

⇒ Dans le cas d'un examen chez l'ophtalmologiste.

Vous pouvez avoir besoin d'une application de collyre pour l'examen de l'oeil.

Dans ce cas, demander à votre ophtalmologiste un collyre sans conservateur (habituellement présenté sous forme sous forme unidose).

Les collyres pénètrent très rapidement dans la circulation générale et peuvent avoir pour les MCS des effets négatifs.

Les conservateurs présents dans les collyres sont souvent du chlorure de benzalconium, ou du propylène glycol. La tolérance diffère selon les personnes. Cependant il semble que le chlorure de benzalconium soit progressivement retiré des collyres.

La pupille est parfois dilatée à l'aide de gouttes.

Les anesthésiques locaux peuvent aussi ne pas être bien supportés.

<http://sspf.claroline.com/claroline/backends/download.php> et site <http://www.cbip.be>

le propylène glycol peut être source d'allergies et d'eczéma des paupières.

Médecine thérapeutique / Pédiatrie. Volume 3. Numéro 1. 25-9. Janvier - Février 2000. Revue : Aspects cliniques de la dermatite atopique article de Aude Nassif



### ⇒ Dans le cas de soins de longue durée.

Si vous avez besoin de collyres, chaque jour pour des soins ou dans le cas d'un glaucome, d'une médication pré ou post opératoire, bien discuter avec le médecin.

Se souvenir que certains collyres qui traitent le glaucome peuvent accroître la sensibilité aux pesticides (organophosphates ou carbamates).

En cas de sécheresse oculaire, préférer le sérum physiologique à des larmes artificielles si l'on a une intolérance aux collyres mono doses.

Le journal français d'ophtalmologie vol 33 n°7 de septembre 2010 article de D.Vaede et C.Baudoin précise que les conservateurs assurent la stérilité des collyres multidoses. Mais une administration prolongée peut induire des effets secondaires comme des inflammations oculaires, et qu'il faut privilégier les collyres monodoses sans conservateurs chaque fois que cela est possible.

### ► Lunettes

Le port de lunettes chez les malades MCS peut occasionner des problèmes. Les montures, les verres peuvent être mal supportés. Chacun a des tolérances ou des intolérances individuelles.

La règle à suivre, demander à pouvoir tester une monture pendant quelques jours sans verres.

Si vous supportez les montures vous pourrez y adjoindre les verres pour les tester.

Si vous aviez déjà des verres rechercher la même qualité.

Les montures peuvent être en métal, (attention pour ceux qui sont EHS électrosensibles), en plastique (pour éviter des démangeaisons), ou en bois [http://www.rolf-spectacles.com/holzbrillen/rolf\\_bamboo\\_hansa\\_30.html](http://www.rolf-spectacles.com/holzbrillen/rolf_bamboo_hansa_30.html) (coût entre 400 et 600 euros) et [www.herrlicht.de/ht/de/](http://www.herrlicht.de/ht/de/). Les verres peuvent être de différentes qualités, avec ou sans traitement (anti-buée, anti-reflets etc..)

Il est important de ne pas porter ses lunettes immédiatement après un nettoyage chez l'opticien : le nettoyage est souvent fait avec un solvant qui nettoie très bien, mais il faut alors attendre un long moment avant de les porter à nouveau.

Le nettoyage à l'eau tiède peut suffire. Ne pas utiliser de produits du commerce (sprays).

### ► Dans le cas d'une opération

Se préparer si on le peut en prenant de l'homéopathie.

Prendre un anti-histaminique dans les jours précédents à l'opération.

Viser un implant le plus neutre possible (viscoélastique) en cas d'opération de la cataracte.

Le cromoglycate de sodium (nom commercial cromabak) est un antiallergique ophtalmique sans cortisone qui peut être utilisé avec profit sur avis médical.