

La basse vision n'est

REGARD ► Pour une personne aveugle, il y a plusieurs milliers de malvoyants. Au moment de fêter les 150 ans

REPÈRES

Des maladies fréquentes

Les maladies provoquant des troubles de la vue sont nombreuses. Les plus fréquentes sont la dégénérescence maculaire (la DMLA rendant flou le centre de l'image regardée par la personne). En Suisse, la DMLA atteint 10 % de la population de 65 à 74 ans et 30 % des 75 à 85 ans. D'autres maladies provoquent également la basse vision: le glaucome, la rétinopathie pigmentaire (la personne voit les images avec des taches), et la cataracte. «Les personnes souffrant de ces maladies sont vraiment handicapées au quotidien et leur mal ne se voit pas. Ce sont des malvoyances subtiles», explique l'ergothérapeute Claire Ducret Martin en montrant une image vue par une personne souffrant de dégénérescence maculaire. «Vous voyez cette assiette. En fait la personne ne voit pas ce qui est au centre de l'assiette. Imaginez les difficultés que cela provoque!» L'ergothérapeute est également là pour expliquer les problèmes de vision au malade mais aussi à son conjoint. «C'est important de le faire, car souvent les proches ne se rendent pas compte de l'enfer que vit la personne malade.»

PRATIQUE

Remboursé par les caisses

Les spécialistes de la basse vision existent depuis trente ans en Suisse. «C'est remboursé par les caisses-maladie de base. Trop peu de personnes le savent et hésitent à faire appel à nos services», souligne Claire Ducret Martin. Quant au matériel dont les personnes malades auraient besoin, il est pris en charge à 75 % par leur assurance maladie. «Pour les lunettes-loupes (environ 1000 francs), et les appareils de lecture (entre 2000 et 6000 francs), il faut faire appel à son assurance complémentaire si nécessaire. Il ne faudrait pas que ce soit un problème financier qui empêche ces personnes de retrouver un confort de lecture et de vie.» Claire Ducret Martin, et deux de ses collègues romandes, Karin Schwarz d'Yverdon et Sylvie Morozzlay de Lausanne, ont créé l'Association des professionnels spécialisés en basse vision, le 1^{er} janvier dernier. «Notre association veut mieux faire connaître les ressources à disposition.»

CHRISTINE SAVIOZ

En cette année célébrant les 150 ans de l'alphabet braille, des ergothérapeutes en basse vision de Romandie lancent un cri d'alerte. Pour une personne aveugle au sens où l'entend l'OMS (soit une personne incapable de voir la lumière), il y a plusieurs milliers de malvoyants, soit des personnes qui, malgré les traitements médicamenteux et le port de lunettes conventionnelles, ont une vision insuffisante pour réaliser une partie des actes de la vie quotidienne. «Des solutions existent pour pallier le déficit visuel. Pourtant, c'est



«Il y a toujours une solution. A nous de la trouver»

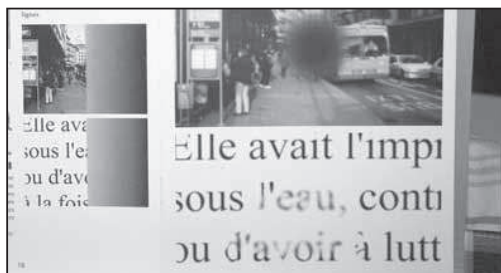
CLAIRE DUCRET MARTIN
ERGOTHEPEUTE

un fait encore peu connu du public concerné», s'insurge Claire Ducret Martin, ergothérapeute en basse vision à Monthey.

La basse vision touche particulièrement les personnes âgées. Une personne sur trois de plus de 75 ans souffre par exemple de dégénérescence maculaire en Suisse. Cette maladie de la rétine, provoquée par une dégénérescence progressive de la macula (partie centrale de la rétine), provoque un affaiblissement important des capacités visuelles. «La personne qui en souffre voit une tache au centre de l'image qu'elle regarde. L'endroit qu'elle veut observer est ainsi totalement flou, alors que le reste autour est net», explique Claire Ducret Martin.

Redécouvrir les joies de la lecture

Cette spécialiste a aidé des dizaines de patients souffrant de cette maladie en Valais. «Non seulement la dégénérescence maculaire les empêche de lire, mais elle provoque des difficultés de toutes sortes dans la vie quotidienne des malades. Même se verser un verre d'eau devient difficile.» Des ressources existent cependant pour



Les problèmes de vision perturbent le quotidien des personnes, tant dans la rue que pour la lecture. DR



Une personne souffrant de dégénérescence maculaire voit le centre de l'image flou. DR



La basse vision gagne du terrain au fil des ans. Une personne sur trois de plus de 75 ans est atteinte de dégénérescence maculaire en Suisse. DR

pallier le déficit visuel. «On peut améliorer la situation», insiste Claire Ducret Martin.

Cette ergothérapeute a par exemple redonné le goût de la lecture à des personnes souffrant de basse vision. «De nombreuses personnes croient qu'elles ne pourront plus jamais lire. Alors qu'il suffit d'une bonne lumière, d'une loupe ou de lunettes adaptées pour qu'elles puissent à nouveau retrouver le

confort de la lecture», explique-t-elle, exemples à l'appui. «Je me souviens par exemple d'une dame nonagénère qui a redécouvert les joies de la lecture dans les derniers mois de sa vie, grâce à du matériel adapté.»

Les ergothérapeutes en basse vision interviennent quand les gens ont tout essayé au niveau du traitement médical. «Par exemple, pour la dégénérescence

maculaire, la maladie peut être stabilisée par des injections. Mais ensuite, il n'y a plus rien à faire. Une fois que les traitements médicamenteux et les lunettes conventionnelles ne peuvent plus rien, nous intervenons.»

Les ergothérapeutes travaillent dans quatre domaines: la lumière, l'augmentation des contrastes, le grossissement et la lutte contre l'éblouissement. «Quand nous rencontrons une personne atteinte dans sa vision, nous procédons d'abord à une évaluation. Comment voit la personne? Que veut-elle lire? Nous regardons ses difficultés dans le quotidien», explique Claire Ducret Martin.

Une question de lumière

Puis, le spécialiste propose des solutions. «Souvent, c'est une question d'éclairage et cela change la vie du malade!» Elle suggère également le port de lunettes ou l'utilisation de loupes adaptées. «On apprend au patient à les utiliser. L'idée est d'être pratique. Par exemple, de nombreuses personnes ont de la peine à remplir leur bulletin de versement, car c'est un papier avec peu de contraste. Il suffit alors parfois d'une bonne lumière pour arranger les choses.» Le choix de la loupe n'est pas anodin. «Chaque personne a besoin d'un grossissement précis. Il faut aussi entraîner les gens à gérer la distance et à l'accepter.»

Car le but de l'ergothérapeute est d'améliorer la vie pratique des personnes, de leur permettre d'écrire leurs correspondances, d'effectuer leurs paiements, de lire l'heure, de retrouver les informations dans leur agenda, etc. «Il y a toujours une solution. Certains malades n'arrivent plus à lire le bannin de téléphone. On essaie de trouver une loupe adaptée ou sinon, elles peuvent appeler un numéro gratuit qui les relie directement à leur interlocuteur; d'autres peinent à voir les contrastes dans la rue par exemple, d'où un risque de chute pour ne pas avoir vu le bord du trottoir par exemple. Nous leur proposons alors des lunettes pour renforcer ces contrastes et empêcher l'éblouissement», explique Claire Ducret Martin.

A chaque problème, une solution. Parce que la basse vision n'est pas une fatalité.

L'INVITÉ

PHILIPPE NANTERMED VICE-PRÉSIDENT DES JEUNES LIBÉRAUX-RADICAUX SUISSES

Payer plus pour bouger mieux

Payer plus. Le message de Doris Leuthard est clair: si nous voulons de meilleures infrastructures, nous devons nous préparer à mettre la main au porte-monnaie. On peut seulement regretter que la planification des investissements ressemble à une gestion de panique: il est loin le temps où on parlait d'améliorer la qualité du service ou la vitesse des trajets. Ce qui compte désormais, c'est de parer à l'urgence, soit compenser la croissance, que dis-je, l'explosion du nombre de passagers. Bref, on investit davantage pour maintenir la qualité que pour l'améliorer. L'augmentation du prix des transports permettra d'améliorer la qualité, paraît-il. Mais de quelle qualité parlons-nous? Pour l'essentiel, il s'agit d'augmenter la capacité et d'offrir une place assise à tous. On ne peut que regretter ce manque d'ambition, cette absence totale d'utopie. Une vraie vision consiste à fixer la barre haut, et à tout

faire pour l'atteindre. A une autre époque, la Suisse a choisi de percer des tunnels dans les montagnes pour rapprocher ses citoyens. On proposait des projets qui offraient de véritables changements. Me garantir une place assise dans un train, ce n'est pas une amélioration, c'est seulement retrouver le service que je connaissais il y a dix ans. Certes, il est urgent de pallier le sous-dimensionnement de nos infrastructures, tant ferroviaires que routières. On ne saurait néanmoins s'en contenter. Les pays qui nous entourent ne se satisfont pas d'augmenter la capacité de leurs trains: ils cherchent aussi à diminuer la durée des trajets. En 2050, Paris sera plus proche de Munich qu'aujourd'hui. Nous serions trop petits pour la vitesse? L'Autriche, la Belgique ou le Luxembourg s'y mettent pourtant. En Suisse, il y a fort à parier que, hormis quelques modifications ponctuelles, le

réseau de 2050 sera la copie conforme de celui de 2010. Plutôt que bricoler les voies actuelles, nous pourrions, par exemple, construire de nouvelles lignes, à grande vitesse, pour qu'un jour Zurich ne soit plus qu'à une heure de Genève! Les clients des CFF ne sont pas idiots. Ils savent que les investissements ont un coût. Ce qui est rageant, c'est de payer sans constater d'améliorations réelles. Partout, que ce soit de Berne à Zurich ou de Sion à Lausanne, les projets ne consistent qu'à maintenir ce qui existe déjà. Si la Suisse veut rester dans le peloton de tête des économies mondiales, il va falloir faire mieux. Nous devons retrouver cette force d'innovation permanente, cette capacité à anticiper les développements. Décider aujourd'hui du visage de la Suisse de demain, et nous donner les moyens d'y parvenir. Alors oui, payer plus, pourquoi pas. Mais alors pour bouger mieux.



LeNouveliste.ch

AUJOURD'HUI SUR L'INTERNET

Nos magazines

Retrouvez les articles et infos pratiques de nos suppléments sur nos espaces magazines.

► <http://mags.lenouveliste.ch>

Le journal sur iPad

Nouveau!

«Le Nouvelliste» accessible directement depuis votre iPad! Application disponible sur l'App Store

Les «Nouvelistes»

Lire le journal, surfer sur le site web avec un iPhone, un lecteur RSS, etc.

► <http://editions.lenouveliste.ch>

pas une fatalité

de l'écriture braille, il ne faut pas les oublier. C'est l'appel des ergothérapeutes.



L'ergothérapeute dispose d'instruments divers pour permettre aux personnes malades de retrouver un confort de lecture, comme cette loupe. DR

TÉMOIGNAGE

«L'ergothérapie a changé ma vie»

Bernadette* a 87 ans. Cette Montheysanne – qui souffre de dégénérescence maculaire – a fait appel aux services de Claire Ducret Martin il y a quelques mois, après une visite chez son ophtalmologue. «C'est lui qui m'a conseillé de prendre rendez-vous avec cette spécialiste de la basse vision, car j'avais vraiment des soucis de lecture», explique-t-elle.

L'ergothérapeute s'est alors rendue chez la Montheysanne. «On a parlé de mes besoins; Mme Ducret Martin m'a d'abord proposé une lampe avec un bras mobile, puis une loupe. Elle avait tout un matériel qui pouvait me rendre service.» Le choix s'est ensuite porté sur une première loupe. «Mme Ducret Martin me l'a laissée pour un ou deux jours afin que je la teste, mais cette loupe ne convenait pas bien. Je n'étais pas convaincue.» L'ergothérapeute lui propose alors une autre loupe avec une lumière intégrée. «Celle-là m'a tout de suite plu. Elle est assez grande; je n'ai donc

pas besoin de la déplacer tout le temps quand je lis.»

Du matériel adapté

Aujourd'hui, la dame a retrouvé un certain confort dans sa vie quotidienne. «Maintenant, je peux enfiler le fil dans le chas d'une aiguille, lire tout ce que je veux. J'arrive même à lire les notices médicales! Aujourd'hui, j'utilise tout le temps la loupe. Ça a changé ma vie.» Avant d'avoir contact avec une ergothérapeute, elle avait acheté une loupe dans une grande surface. «Ça m'avait rendu service mais cela n'avait rien à voir avec ce que Mme Ducret Martin m'a proposé. Car là, c'est vraiment adapté à mes besoins spécifiques.»

L'octogénaire peut ainsi vivre sans être trop handicapée par sa dégénérescence maculaire. «C'est dommage que trop peu de personnes connaissent l'existence de ce genre de services. Ça simplifie tellement la vie.» CSa

* Nom connu de la rédaction



L'image telle que la voit une personne atteinte de dégénérescence maculaire. DR



L'image telle que la voit une personne souffrant de glaucome. DR



L'image telle que la voit une personne atteinte de cataracte. DR

PUBLICITÉ

Le Nouvelliste

Concours

Par SMS
 Envoyez NF HCSIERRE
 au 363
 (Fr. 1.-/SMS)

100
 Billets
 à gagner

**HC Sierre-Anniviers
Lausanne HC**

Dimanche 6 février
Patinoire de Graben, 17 h

**HOCKEY CLUB
SIERRE - ANNIVIERS**

Sur le NET
Participez gratuitement sur concours.lenouvelliste.ch

Par COURRIER
Faites-nous parvenir vos coordonnées à:
Le Nouvelliste, Concours HC Sierre,
rte de l'Industrie 13, 1950 Sion

Conditions de participation: les collaborateurs du Groupe Rhône Média de Publicités ainsi que les membres de leurs familles ne sont pas autorisés à participer. En participant à ce concours, j'accepte que mes données soient exploitées par Le Nouvelliste pour l'envoi d'informations et d'offres ponctuelles. Les gagnants seront avisés personnellement. Tout recours juridique est exclu.

powered by www.carotech.ch