



# Sécheresse oculaire

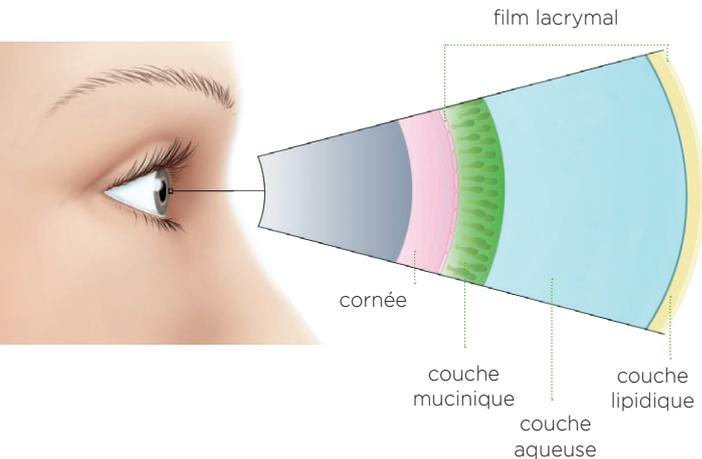
mieux comprendre et traiter



## QUE COMPRENNONS-NOUS PAR "SÈCHESSE OCULAIRE"?

Vos larmes également appelées film lacrymal, veillent à la bonne santé de votre surface oculaire. Elles lubrifient votre surface oculaire, ce qui permet à votre paupière de glisser sur votre œil et de le nettoyer. D'autre part, vos larmes ont un rôle protecteur : elles gardent vos yeux humides et forment une petite couche protectrice sur votre surface oculaire appelée film lacrymal.

Le film lacrymal se compose d'une couche lipidique, une couche aqueuse et d'une couche mucinique, produites par différentes glandes.



La couche lipidique retarde l'évaporation des larmes, la couche aqueuse contient principalement de l'eau, de l'oxygène et des anticorps. Enfin, la couche mucinique permet une bonne adhérence des larmes sur l'œil.

Le syndrome des yeux secs est généralement causé par une baisse de la sécrétion des larmes ou par des larmes de mauvaise qualité. Généralement, on en souffre des deux yeux. Ceci est assez fréquent, car 5 à 14 % de la population souffre d'œil sec.



## QUELS SONT LES SIGNES ET LES SYMPTÔMES?



Les symptômes les plus fréquents sont les yeux fatigués, la sensation de brûlure, larmoiement, les yeux rouges, la sensation d'avoir du sable dans les yeux...

L'intensité des symptômes augmente au fur et à mesure de la journée. Parfois ces irritations entraînent une surproduction de larmes (larmoiement) mais celles-ci ne sont pas de bonne qualité. Au final, cela peut provoquer des douleurs, une sensibilité à la lumière et même des troubles de la vision.



## QUELLES SONT LES CAUSES ?

### 1. Une augmentation de l'évaporation des larmes

- Une déficience de la couche lipidique due à une inflammation de la paupière (blépharite), au port de lentilles de contact ou au vieillissement.
- Une déficience de la couche mucinique due à une inflammation des glandes ou suite à certaines maladies oculaires rares
- Les facteurs environnementaux comme l'air conditionné, le vent, le froid ou la chaleur, une utilisation intensive de l'écran (d'ordinateur)
- Une réduction du nombre de clignements
- Une carence en certains nutriments

## 2. Une production réduite des larmes

- Due à une inflammation des glandes lacrymales
- Certaines maladies auto-immunes comme par exemple le syndrome de Gougerot-Sjögren
- Des changements hormonaux tels que la ménopause, la grossesse, les menstruations
- Comme effet secondaire de certains médicaments: par exemple les contraceptifs, les antihistaminiques et les antidépresseurs



## COMMENT PUIS-JE AMÉLIORER MES SYMPTÔMES ?

Des yeux secs peuvent être traités efficacement mais généralement une guérison n'est pas possible. Le but du traitement est d'améliorer votre film lacrymal afin de soulager les symptômes. Ne pas traiter n'est pas une bonne idée car cela peut entraîner des douleurs et une baisse de la vision.

### Il y a différentes manières d'aborder les yeux secs

- Evitez le plus possible les situations à risques (protégez par exemple vos yeux à l'aide de lunettes quand vous faites du vélo, ne regardez pas trop longtemps votre écran d'ordinateur, pensez à cligner des yeux régulièrement)
- Accordez une attention particulière à une bonne hygiène de vos paupières
- Utilisez certains compléments alimentaires
- Utilisez des larmes artificielles pour hydrater et réparer la surface oculaire. Faites attention de ne pas toucher vos yeux ou vos paupières avec le flacon.



### Thealoz Duo® protège et répare la surface oculaire

- Soulagement rapide des symptômes
- 100% sans conservateur
- Bien toléré
- 3 mois d'utilisation après ouverture
- Compatible avec les lentilles de contact
- 300 gouttes calibrées en 1 flacon
- Instiller 3-4 fois/jour ou selon les besoins

Thealoz Duo® est une larme  
100% sans conservateur,  
conçue spécifiquement pour traiter  
l'œil sec



 **Thea**  
votre partenaire en soins oculaires