



La réadaptation visuelle

pour vivre en autonomie

Qu'est-ce que la déficience visuelle (ou basse vision) ?

La déficience visuelle peut prendre plusieurs formes:

- Il peut s'agir d'une baisse de l'**acuité visuelle**. On a du mal à voir les petits objets comme les lettres sur le tableau (optotype) suspendu au mur de la salle d'examen. Une vision 20/20 est une acuité normale.
- Ce peut être une baisse de **sensibilité au contraste**. On a du mal à distinguer les ombres, comme la bordure des escaliers, les détails du visage des gens ou le riz blanc dans une assiette blanche sous l'éclairage tamisé du restaurant.
- Ce peut être aussi une perte du **champ visuel**. Les personnes atteintes de dégénérescence maculaire peuvent perdre une partie de la vue centrale de l'œil. D'autres perdront certains secteurs de la **vision périphérique** (la vue de côté) à cause de maladies comme le glaucome ou un accident vasculaire cérébral.

Quelle qu'en soit la cause, en réduisant la vision, la déficience visuelle peut rendre difficiles les activités de la vie quotidienne.

Certaines personnes, comme celles atteintes de dégénérescence maculaire, sont déçues quand elles constatent que les lunettes ordinaires ou la chirurgie ne peuvent améliorer leur vue. La dépression les menace. D'autres peuvent avoir des visions ou hallucinations (syndrome de Charles Bonnet), donc voir des choses qui n'existent pas. Les personnes ayant une certaine déficience visuelle risquent davantage de se blesser ou de tomber.

Que peut-on peut faire pour la déficience visuelle?

Les personnes ayant une déficience visuelle ont quand même un certain degré de vision à utiliser. Elles doivent cependant trouver de nouveaux moyens de le faire. La réadaptation visuelle les y aidera. D'abord, l'évaluation du degré de vision leur permettra de bien saisir leur situation, de définir leurs besoins et d'essayer les moyens visuels qui les aideront à utiliser ce qui leur reste de vue. C'est la réadaptation visuelle : voir les besoins et trouver ce qui fonctionne.

Voici quelques exemples de services en réadaptation visuelle :

- Aider les personnes âgées atteintes de dégénérescence maculaire mais ayant une bonne vue de côté à grossir les mots à l'écran de leur ordinateur.
- Aider une personne à trouver une loupe munie d'une lumière pour lire le menu sous l'éclairage tamisé du restaurant.

Voici quelques exemples des aides et appareils en réadaptation :

- Loupes de poche,
- Lunettes grossissantes pour la lecture,
- Télescope,
- Vidéos grossissantes, qui utilisent une caméra vidéo et un écran qui grossit les caractères, facilitant la lecture,
- Ordinateurs adaptés, qui permettent de tout grossir sur l'écran ou d'écouter ce qui est écrit,
- Livres sonores sur bande ou disque compact, ou téléchargeables dans l'ordinateur.

La réadaptation visuelle comprend aussi d'autres soutiens :

- Aider la personne à se rajuster à la déficience visuelle,
- Aider aux déplacements à la maison et dans la collectivité,
- Offrir de l'information sur les services et les groupes d'entraide pour les personnes ayant une déficience visuelle et leurs familles,
- Aider à trouver les soins pour vaincre la dépression,
- Aider à trouver d'autres modes de transport pour les personnes qui ne peuvent plus conduire,
- Aider à prévenir les blessures et les chutes – ceci peut comporter un programme d'exercices et des modifications à la maison,
- Informer les personnes et leurs familles sur le syndrome de Charles Bonnet.

Comment trouver les services de réadaptation visuelle ?

Il y a plusieurs excellents services de réadaptation visuelle au Canada et les services particuliers varient d'une province à l'autre. L'INCA a des bureaux partout au pays et ceux-ci peuvent aider à trouver des médecins ou autres spécialistes dans les diverses localités. Ses bureaux locaux peuvent aussi offrir de l'aide en informatique ou aider à trouver une bibliothèque sonore et des livres à gros caractères. (Les bibliothèques publiques des localités peuvent aussi offrir ces services particuliers.)

Combien la réadaptation visuelle coûte-t-elle ?

Les provinces assument entièrement ou partiellement les frais de la visite chez l'ophtalmologiste ou l'optométriste pour les aînés de 65 ans et plus. En certains cas, elles offrent des services de réadaptation gratuits; il suffit de se renseigner. Certaines formes d'aide peuvent aussi faire l'objet d'emprunts.

Où peut-on se renseigner davantage ?

On peut se renseigner sur la déficience visuelle, ou basse vision, auprès de son médecin de famille ou du spécialiste de la vue, sans oublier de s'adresser au bureau local de l'INCA. On peut aussi consulter les sites Internet suivants :

Société canadienne d'ophtalmologie

www.eyesite.ca

INCA

www.cnib.ca (Services)

Foundation Fighting Blindness

www.ffb.ca/

Dégénérescence maculaire liée à l'âge

Alliance DMLA

www.AMDCanada.com

AMD Alliance International

<http://www.amdalliance.org/>

Association canadienne des optométristes

<http://www.opto.ca/fr/>

<http://www.opto.ca/fr/ehm/practiceResources.htm>

(Santé de l'œil)

Association canadienne du diabète

www.diabetes.ca

Glaucoma Research Society of Canada

www.glaucomaresearch.ca

Santé Canada

<http://www.hc-sc.gc.ca/>

http://www.hc-sc.gc.ca/iyh-vsv/life-vie/fp-pc_f.html

Santé Canada - Prévenir les chutes

http://www.phac-aspc.gc.ca/seniors-aines/pubs/go_for_it/goforit_toc_f.htm

(Un guide sur le choix et l'utilisation des aides professionnels)

http://chp-pcs.gc.ca/CHP/index_f.jsp

(Portail sur la santé)

Agence de santé publique du Canada

<http://www.phac-aspc.gc.ca/seniors-aines/>

http://www.phac-aspc.gc.ca/seniors-aines/pubs/info_sheets/vision_care/index_f.htm

Santé mentale des aînés

http://www.seniorsmentalhealth.ca/Seniors2SeniorsFRE_2.pdf

(Les aînés parlent aux aînés-Brochure sur les défis de la vie plus tard)

Institut Nazareth & Louis-Braille (INLB)

<http://www.inlb.qc.ca/>

L'Association montréalaise pour les aveugles (MAB)

<http://www.mab.ca/>

National Eye Institute

www.nei.nih.gov

(What You Should Know About Low Vision)

Société canadienne d'ophtalmologie
1525, avenue Carling, Bureau 610
Ottawa, Ontario, Canada K1Z 8R9

© 2007