

Lentilles de contact: nouveautés et erreurs récurrentes

En Suisse, les ventes des lentilles de contact ne cessent d'augmenter – de même que les questions des consommateurs concernant leur entretien. Un sujet important car les erreurs de manipulations sont toujours aussi fréquentes.

Il y a dix ans, l'avenir de la branche suisse des lentilles de contact s'annonçait des plus sombres. «Le marché des produits d'entretien, de nettoyage et de désinfection va fondre», affirmaient alors de très sérieux connaisseurs de la branche.

Au final, c'est l'inverse qui s'est passé. Le marché des lentilles de contact a continué de progresser. «De 8 % rien qu'en 2007 et 2008», précise *Marcel Zischler*, manager des Professional Affairs chez Ciba vision. Selon l'Association suisse des opticiens (ASO), près de 15 % des 4,5 millions de Suisses qui ont besoin d'une aide visuelle portent déjà des lentilles de contact, ce qui est deux fois plus qu'il y a 20 ans. Les personnes de 16 à 39 ans sont les plus nombreuses à recourir aux lentilles de contact. Chaque année, les Suisses déboursent environ 200 millions de francs pour leurs lentilles de contact et les produits d'entretien qui les accompagnent.

Importantes innovations

Selon Marcel Zischler, ces résultats sont dus aux innovations relatives aux matériaux de fabrication des lentilles: «Les nouveaux produits ont considérablement amélioré la sécurité et le confort de porter des lentilles.»

Exemple de réussite: les lentilles en silicone hydrogel – des lentilles souples qui sont très perméables à l'hydrogène et présentent d'excellentes propriétés d'hydratation. Il y a 20 ans, nul n'aurait imaginé que le silicone, si pratique pour colmater les joints à la salle de bains, s'utiliserait un jour pour fabriquer des lentilles de contact. Les chercheurs de Ciba vision et Bausch&Lomb ont réalisé cet exploit: ils ont combiné le silicone à des molécules d'eau, ont rendu la surface hydrofuge hydrophile et commercialisé les premières lentilles en silicone hydrogel. Depuis, plusieurs autres lentilles de ce type sont apparues sur le marché.

D'autres nouveautés ont été développées ces dernières années, notamment des lentilles qui corrigent les défauts de vision liés à la vieillesse ou aux déformations de la cornée. Sans oublier les progrès concernant les lentilles rigides dont la perméabilité à l'oxygène et l'hydrophilie ont été optimisées.

La dernière création

Johnson & Johnson a récemment commercialisé une autre nouveauté: les lentilles jetables en silicone hydrogel. «Ces lentilles sont un hit!», se réjouit *Eduard Bosshard*, opticien zurichois qui travaille depuis plus de 40 ans dans la branche des lentilles de contact. «Les lentilles en silicone hydrogel à usage unique constituent de loin la solution la plus hygiénique pour les porteurs de lentilles – elles sont mieux que les lentilles en silicone hydrogel habituelles.» En effet, ces dernières peuvent devenir problématiques après un mois, surtout chez les femmes. Explication du spécialiste: les lentilles en silicone hydrogel sont certes moins sensibles aux dépôts de protéines, elles sont en revanche plus sensibles aux amas lipidiques – comme on en retrouve dans les restes de maquillage.

Calme plat du côté des produits d'entretien?

En revanche, on n'a pas assisté à des innovations surprenantes en ce qui concerne les *produits d'entretien* des lentilles de contact ces dernières années. Alors que les produits «all in one» étaient très en vogue dans les années 90, la mode actuelle est revenue aux systèmes peroxyde qui étaient déjà populaires dans les années 80. Une évolution que l'opticien *Eduard Bosshard* considère d'un œil critique: «Le peroxyde d'hydrogène est toxique. Les gens qui l'ont par inadvertance fait pénétrer dans les yeux savent de quoi je parle. C'est horriblement douloureux!»

Marcel Zischler est plus positif: «Dans ce domaine aussi il y a eu des progrès. On trouve par exemple de plus en plus de produits exempts d'agents conservateurs sur le marché. Et les conservateurs les plus récents se désintègrent dès qu'ils entrent en contact avec les yeux ou de l'air.» Les collyres pour porteurs de lentilles ont également fait l'objet de progrès technologiques. La tendance actuelle, explique Marcel Zischler, sont les gouttes à l'acide hyaluronique. «Comme c'est une substance produite par l'organisme, l'acide hyaluronique est très bien toléré et il stimule parallèlement les cellules de Becher pour augmenter l'hydratation.»

Gare aux gaffes!

Quelles que soient les innovations de la branche, une chose reste immuable: les erreurs de manipulation. Elles sont toujours responsables des principaux problèmes que peuvent rencontrer les porteurs de lentilles. «Pour améliorer la situation, les droguistes devraient vraiment insister pour savoir ce qui cloche quand un porteur de lentilles leur signale un problème», conseille Marcel Zischler. Les occasions de faire des gaffes ne manquent pas lorsqu'on nettoie ses lentilles manuellement. Idem en ce qui concerne la désinfection et la conservation de ces produits (voir la liste de contrôle à la fin du texte).

Des troubles physiques et médicaux peuvent aussi perturber le port des lentilles – par exemple une sensibilité accrue aux corps étrangers, une sécheresse ou des irritations oculaires. Les refroidissements, la fumée du tabac ou la prise de contraceptifs oraux peuvent aussi provoquer des problèmes. «Surtout la nouvelle pilule contraceptive aux hormones issues du corps jaune», précise Imre Kovats, opticien à Baden. «Les préparations aux œstrogènes plus anciennes en revanche provoquent moins de problèmes.» La prise constante de préparations à base de cortisone et de psychotropes peut perturber le port de lentilles. Idem pour la prise prolongée de médicaments contre l'acné. «Un problème fréquent chez les adolescents car les produits contre l'acné dessèchent les muqueuses», souligne Imre Kovats. «À mon avis, la meilleure solution consiste à prendre ces médicaments pendant peu de temps, mais sous forme hautement concentrée. Cela permet en général de vaincre l'acné et l'ado peut ensuite remettre ses lentilles de contact.»

Quand faut absolument renoncer?

Il est aussi important de connaître les *contre-indications* au port de lentilles de contact. À savoir, les inflammations des paupières ou de la conjonctive ainsi que l'utilisation de collyres contenant de la cortisone ou des antibiotiques. L'asthme et l'eczéma figurent désormais aussi sur la liste des contre-indications. «Mais il faut nuancer», estime Imre Kovats. «Les asthmatiques peuvent porter des lentilles à condition de faire très attention à la composition des produits d'entretien. Et en ce qui concerne l'eczéma, il n'y a danger que si ce dernier s'étend sur les mains. On peut éviter le risque d'infection en utilisant une petite ventouse pour mettre les lentilles rigides ou une pincette spéciale pour les lentilles souples.»

Et qu'en est-il des personnes qui souffrent de rhume des foins? Là encore, il faut différencier, explique l'opticien. «Certains clients ne supportent absolument pas les lentilles pendant la période des pollens; d'autres peuvent les porter à condition de mettre beaucoup de collyre, d'autres encore présentent moins de symptômes d'allergie quand ils portent leurs lentilles.» Dans ce dernier cas, l'opticien pense

que les lentilles agissent un peu comme un pansement, un «rempart» de protection. La grandeur et l'origine des pollens doivent aussi jouer un rôle... mais ce sujet n'a pas encore été suffisamment étudié.

Changer de produit d'entretien?

Des clients viennent parfois au magasin pour changer de produit d'entretien. «C'est délicat», remarque Marcel Zischler. «En fait, le droguiste ne devrait *jamais* changer de produit sans en avoir discuté avec le fabricant ou l'opticien.» En particulier si l'on considère le nombre de label de produits d'entretien que l'on trouve actuellement sur le marché. Imre Kovats précise: «Les lentilles et leurs produits d'entretien constituent un système; ils sont conçus pour agir en ensemble de manière optimale. Il suffit de quelques petites erreurs pour provoquer des conséquences fort désagréables. Les produits anciens ou des produits ressemblants mais moins chers ne correspondent pas non plus à l'état des connaissances actuelles – même s'ils sont conformes aux critères légaux.» Enfin, certains produits d'entretien ne sont pas compatibles avec les matériaux de fabrication des lentilles modernes. Exemple: les lentilles en silicone hydrogel ne supportent pas toutes les solutions «all in one». Si l'on n'y prend garde, on risque fort de se retrouver avec les yeux rouges et irrités.

Listes de contrôle

Nettoyage: le porteur de lentilles...

- ... ne se lave pas ou pas suffisamment les mains;
- ... ne rince pas l'étui des lentilles ou utilise de l'eau;
- ... ne change pas assez souvent son étui à lentilles;
- ... utilise un étui ou un produit qui ne correspond pas à ses lentilles;
- ... utilise de l'eau du robinet pour rincer ses lentilles;
- ... ne frotte pas ses lentilles durant (au moins) 15 secondes lors du nettoyage manuel;
- ... ne rince pas assez la solution de nettoyage;
- ... a changé de solution de nettoyage de son propre chef – conséquence le produit ne correspond plus à ses lentilles ou à ses yeux.

Désinfection: le porteur de lentilles...

- ... ne respecte pas la durée de désinfection prévue;
- ... utilise un produit de désinfection inadapté;
- ... utilise le même produit à plusieurs reprises;
- ... ne neutralise pas suffisamment le produit de désinfection.

Conservation: le porteur de lentilles...

- ... ne nettoie ou ne remplace pas assez régulièrement son étui à lentilles;
- ... utilise à plusieurs reprises la même solution de conservation;
- ... confond les solutions de conservation et de neutralisation.

Deux méthodes de nettoyage

Il existe deux méthodes pour nettoyer et désinfecter les lentilles de contact. Chacune de ces méthodes présente des avantages et des inconvénients.

1^{re} méthode: système «all-in-one»

Avantage: un seul et même produit permet de nettoyer à la main, rincer et conserver (resp. désinfecter) les lentilles. C'est simple et pratique, en particulier pour voyager car il existe des flacons de poche.

- *Inconvénient:* les produits «all in one» sont souvent mal utilisés. Les utilisateurs négligent souvent le nettoyage manuel. Par ailleurs, ces produits contiennent des agents conservateurs qui peuvent provoquer des réactions allergiques ou des sensations de sécheresse oculaire.

2^e méthode: système peroxyde

- *Avantage:* puissance de nettoyage et désinfection très importante. La solution de peroxyde d'hydrogène,

très réactive, décompose (resp. oxyde) les dépôts organiques qui peuvent se trouver sur les lentilles. Une fois réduit en petits fragments, ils tombent spontanément de la surface des lentilles. Elle neutralise également les micro-organismes

- *Inconvénient:* le peroxyde d'hydrogène est très toxique. Il faut impérativement procéder à une neutralisation (avec un système catalyseur ou des comprimés de neutralisation) avant de remettre les lentilles. Sinon, il existe un risque réel de brûlure!

Remarque: certains systèmes peroxyde agissent avec un liquide (système à 1 phase) d'autres avec deux liquides (système 2 phases).

Remarque: en plus, un nettoyage enzymatique peut être nécessaire. Les enzymes fragmentent les protéines qui se trouvent sur les lentilles; ces dernières deviennent alors hydrosolubles et peuvent être rincées. Les produits d'entretien modernes intègrent souvent des substances qui éliminent les protéines.

Petra Gutmann / trad: cs

Types de lentilles	Entretien quotidien optimal	Soins complémentaires
Lentilles de contact rigides	Nettoyer les lentilles rigides ou stables à la main; les frotter dans la paume de la main avec le produit de nettoyage pendant au moins 15 secondes puis rincer avec la solution de conservation ou une solution saline. Déposer ensuite dans l'étui rempli d'une dose fraîche de produit de conservation.	Si besoin, procéder une fois par semaine à un nettoyage intensif.
Lentilles de contact souples	Solution «all in one»: Nettoyer manuellement les lentilles souples: les frotter pendant au moins 15 secondes avec la solution «all in one». Les déposer ensuite dans l'étui rempli d'une dose fraîche de produit «all in one». Système peroxyde: <i>Système peroxyde à 1 phase:</i> si nécessaire, nettoyer les lentilles souples à la main puis les déposer dans l'étui rempli de solution au peroxyde d'hydrogène. Ajouter les comprimés et les ressortir une fois le temps de pose écoulé. <i>Système peroxyde à 2 phases:</i> si nécessaire, nettoyer les lentilles souples à la main puis les mettre dans un récipient rempli de solution de peroxyde d'hydrogène. Les ressortir une fois le temps de pause écoulé et neutraliser avec une deuxième solution.	- Un nettoyage enzymatique hebdomadaire - Si nécessaire, rincer les lentilles avec une solution saline avant de les mettre - Un nettoyage enzymatique hebdomadaire - Certains produits ne nécessitent pas de nettoyage enzymatique complémentaire - Si nécessaire, rincer les lentilles avec une solution saline avant de les mettre - Un nettoyage enzymatique hebdomadaire - Certains produits ne nécessitent pas de nettoyage enzymatique complémentaire - Si nécessaire, rincer les lentilles avec une solution saline avant de les mettre
Lentilles jetables	Pas besoin d'entretien	Pas besoin d'entretien

Informations complémentaires:

- Site de l'Association suisse des opticiens:
www.sov.ch

