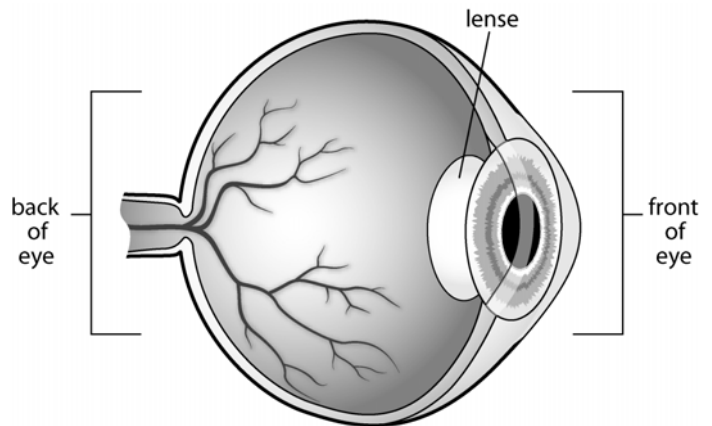


# Cataract

A cataract is the clouding of the lens of the eye that makes it hard to see. Cataracts can affect one or both eyes. Cataracts are common in older people.



## Risk Factors of a Cataract

The risk of a cataract increases with age. Other risk factors include:

- Some diseases such as diabetes
- Smoking
- Alcohol use
- Prolonged exposure to sunlight

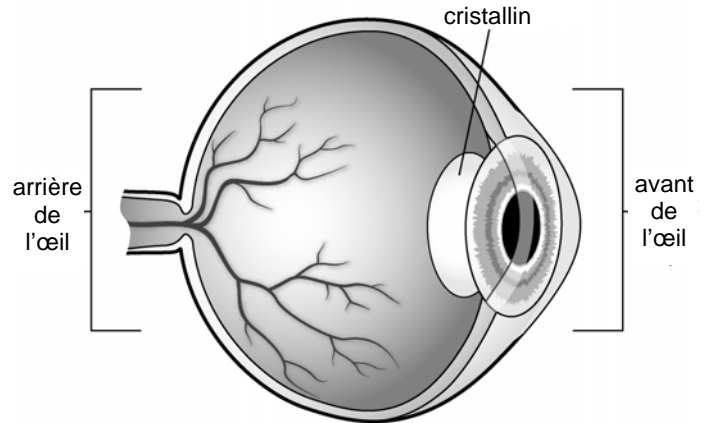
## Signs of a Cataract

Signs of a cataract develop slowly over time.

- Cloudy or blurry vision
- A halo is seen around lights or lights are too bright
- Poor night vision
- Double vision
- Colors seem faded

# Cataracte

Une cataracte est l'opacification du cristallin de l'œil qui gênent la vision. La cataracte peut affecter un seul œil ou les deux. La cataracte est fréquente chez les personnes âgées.



## Facteurs de risque d'une cataracte

Le risque de cataracte augmente avec l'âge. D'autres facteurs de risque comprennent :

- certaines maladies comme le diabète
- le tabagisme
- la consommation d'alcool
- une exposition prolongée à la lumière du soleil

## Signes de la cataracte

Les signes d'une cataracte se développent lentement au cours du temps.

- vision trouble ou floue
- on perçoit un halo autour des lumières ou les lumières sont trop vives
- mauvaise vision nocturne
- vision double
- les couleurs semblent atténuées

## **Your Care**

See an eye doctor if you have any signs. Your doctor will do an eye exam to check for problems. If your vision problems interfere with your daily activities, your doctor may suggest surgery. Surgery removes the cloudy lens and replaces it with an artificial lens. You and your doctor will decide together if surgery is the best treatment option for you.

Your lens may cloud slowly over time, so you may not need surgery for years. Your doctor may suggest new glasses, brighter lighting, anti-glare sunglasses or magnifying lenses to improve your vision. Be sure to have regular eye exams so that you and your doctor can discuss when surgery is needed.

## **How to Protect Your Vision**

- If you are age 60 or older, have an eye exam with dilation at least every two years.
- Eat plenty of green, leafy vegetables, fruits and other foods with antioxidants.
- Wear sunglasses and a hat to block ultraviolet sunlight.
- Manage diabetes with the help of your doctor and dietitian.
- Quit smoking.
- Limit alcohol.

**Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

## **Votre traitement**

Consultez un ophtalmologiste si vous présentez de quelconques signes. Votre médecin réalisera un examen de l'œil pour identifier les problèmes. Si vos problèmes de vue interfèrent avec vos activités quotidiennes, votre médecin pourra vous suggérer une intervention chirurgicale. L'intervention vise à éliminer le cristallin comportant des opacités et à le remplacer par un cristallin artificiel. Vous et votre médecin déciderez ensemble si la chirurgie est la meilleure option thérapeutique pour vous.

Votre cristallin peut s'opacifier lentement au cours du temps si bien qu'il est possible qu'aucune intervention ne soit nécessaire pendant des années. Votre médecin pourra vous suggérer de porter de nouvelles lunettes, d'utiliser un éclairage plus vif, de porter des lunettes de soleil anti-reflet ou des lentilles grossissantes pour améliorer votre vision. Faites-vous régulièrement examiner les yeux afin de pouvoir discuter avec votre médecin du moment où la chirurgie sera nécessaire.

## **Comment protéger votre vision**

- Si vous êtes âgé(e) de 60 ans ou plus, passez un examen oculaire avec dilatation au moins tous les deux ans.
- Mangez des légumes verts, des légumes feuilles, des fruits et d'autres aliments contenant des antioxydants en grande quantité.
- Portez des lunettes de soleil et un chapeau pour vous protéger de la lumière du soleil ultraviolette.
- Prenez en charge votre diabète avec l'aide d'un médecin ou d'un diététicien.
- Cessez de fumer.
- Limitez l'alcool.

## **Adressez-vous à votre médecin ou votre infirmière en cas de questions ou d'inquiétudes.**

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org).

Cataract. French.