



La vue des jeunes enfants Young Children and Their Vision

Apprenez à repérer les troubles de vision courants des enfants de moins de quatre ans. En reconnaissant les troubles de vision de votre enfant et les symptômes à un stade précoce, vous saurez quand il est temps de consulter un oculiste pour votre enfant.

Comment la vision de mon enfant se développe-t-elle?

Les bébés voient à la naissance, mais ils doivent apprendre à utiliser leurs yeux. Ils doivent apprendre à fixer, à suivre des objets et à utiliser leurs deux yeux simultanément. Les bébés apprennent la coordination entre les yeux et les mains et à quelle distance se trouvent les personnes et les objets.

À l'âge d'un an environ, les enfants sont capables d'évaluer les distances et font montre d'une bonne coordination entre les yeux, les mains et le corps pour ce qui est de saisir, de tenir et de lancer des objets.

Pendant les années préscolaires, ils poursuivent le développement des capacités visuelles nécessaires à la coordination entre les yeux et les mains et aux habiletés de motricité fine. Ils apprennent également à reconnaître les couleurs, les formes, les lettres et les chiffres.

Le développement de la vision des enfants se poursuit tout le long de leur croissance, mais les problèmes deviennent plus difficiles à corriger à un âge plus avancé. Voilà pourquoi il est important d'examiner les yeux de tous les enfants avant l'entrée à la maternelle afin de corriger, s'il y a lieu, les troubles de la vision pendant cette phase cruciale du développement visuel.

Les problèmes de la vue devraient-ils être corrigés à un très jeune âge?

Oui, on doit corriger certains troubles de la vue à un très jeune âge. Certains troubles ou changements de la vue peuvent être difficiles à détecter ou à remarquer sans passer d'examen. Vous devez corriger certains troubles à un stade précoce afin de prévenir des dommages permanents à la vision :

- **Les yeux qui louchent** (ou strabisme), lorsque les muscles dirigent l'un des deux yeux ou les deux dans la mauvaise direction

- **L'œil paresseux** (ou amblyopie), lorsque la vision d'un œil est plus faible que l'autre. Le cerveau de l'enfant ignore alors l'œil faible et utilise l'œil fort pour voir. Le traitement doit commencer à un stade précoce (c.-à-d. dans la petite enfance). Si le problème n'est pas traité, le cerveau de l'enfant conçoit une image claire dans l'œil fort et une image floue dans l'œil faible

Les troubles de la vue ont souvent des antécédents familiaux.

Si vous connaissez l'existence de tels problèmes dans votre famille, vous devriez faire examiner les yeux de votre enfant par un oculiste (optométriste ou ophtalmologue) avant l'âge de trois ans, particulièrement si vous remarquez des changements préoccupants. Les optométristes recommandent un premier examen de routine entre l'âge de 6 à 12 mois, que l'enfant présente ou non des troubles de la vision.

Quels symptômes devrais-je surveiller?

Il faudrait faire examiner votre enfant par votre fournisseur de soins de santé ou un oculiste si vous remarquez l'un des symptômes suivants :

- Ses yeux sont rougis, larmoyants, démangent ou remplis de sécrétions
- Il plisse les yeux ou se les frotte
- Il cligne des yeux de façon excessive
- Sa paupière supérieure tombe
- Il se couvre un œil ou le ferme
- Il se penche la tête ou la tient à un angle inhabituel
- Il est sensible à la lumière
- Il manque de concentration
- Il tient les objets de trop près
- Il se plaint de maux de tête
- Il évite les activités où il doit voir de loin
- Il lui est difficile de trouver ou de saisir de petits objets
- Il éprouve des difficultés à faire une mise au point rapprochée ou à établir un contact visuel

- Ses yeux louchent ou dévient
- Il éprouve de la difficulté à suivre des objets ou des personnes
- Il évite les livres ou les écrans
- Il se heurte contre des objets

Que se passera-t-il lors de l'examen de la vue de mon enfant?

Même s'il ne parle pas ou ne lit pas encore, il est possible d'examiner la vue de votre enfant. Un examen de la vue n'incommodera pas votre enfant. Avant les examens, l'ophtalmologiste montrera à votre enfant l'équipement qu'il utilisera.

L'examen de la vue peut évaluer les points suivants chez votre enfant :

- La santé de ses yeux
- Le mouvement des muscles de ses yeux
- Sa capacité à voir clairement
- Sa capacité à évaluer à quelle distance se trouvent des objets
- Sa capacité à voir les couleurs

Comment prévenir les blessures oculaires chez mon enfant?

Vous pouvez diminuer le risque de blessures aux yeux et augmenter la sécurité oculaire des enfants en adoptant les mesures suivantes :

- Ne laissez pas votre enfant jouer avec des objets pointus comme des fléchettes, des ciseaux ou des jouets pointus. Il convient de surveiller l'utilisation de ciseaux adaptés à son âge
- Éloignez votre enfant ou votre tout-petit des enfants plus âgés qui jouent avec des objets pointus
- Apprenez aux enfants à ne pas marcher ou courir quand ils tiennent à la main des objets pointus comme des crayons, des bâtonnets de bois ou des ciseaux
- Gardez votre enfant à l'écart des outils électriques, des tondeuses à gazon ou des produits chimiques
- Limitez l'utilisation d'écrans à une heure par jour pour les enfants âgés de deux à quatre ans. Il n'est pas recommandé aux enfants de moins de deux ans d'utiliser un écran
- Gardez les enfants à au moins trois mètres (de huit à dix pieds) d'un écran de télévision. Placez-la dans un endroit qui réduit l'éblouissement ou utilisez un éclairage doux

Qu'en est-il des lunettes de soleil et des autres formes de protection oculaire?

Les rayons ultraviolets du soleil peuvent endommager la vue et être néfastes pour la peau. Les lunettes de soleil sont recommandées chez les enfants et les adultes. Afin de protéger les yeux, les lunettes de soleil devraient :

- Comporter de grands verres et avoir une forme enveloppante qui couvre complètement les yeux
- Être bien ajustées et confortables
- Porter des étiquettes indiquant une protection de 99 à 100 % contre les rayons ultraviolets A et B
- S'enlever facilement si leurs branches sont reliées à des cordons ou des lanières et que l'on tire dessus. Elles présentent un risque d'étranglement si les cordons ou les lanières ne se détachent pas facilement

Si votre enfant porte des lunettes de correction ou des verres de contact, assurez-vous qu'ils le protègent contre les rayons ultraviolets.

Les chapeaux qui projettent de l'ombre sur le visage et les yeux peuvent offrir une protection alternative contre le soleil. Les enfants portent plus facilement des chapeaux que des lunettes de soleil.

Est-il possible que mon enfant soit daltonien?

Certains enfants, plus souvent les garçons que les filles, éprouvent des difficultés à discerner certaines couleurs. Si vous soupçonnez que votre enfant éprouve des difficultés de ce genre, un ophtalmologiste peut lui faire passer un simple test de perception des couleurs.

Pour obtenir de plus amples renseignements

Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez les sites :

- [HealthLinkBC File n° 11 Le rayonnement ultraviolet](#)
- [HealthLinkBC File n° 53b La vue des enfants en âge de fréquenter l'école élémentaire](#)

Pour des renseignements sur le dépistage des troubles de la vue, veuillez communiquer avec votre bureau de santé publique local.

Pour trouver un optométriste dans votre région, appelez le BC Doctors of Optometry au 604-737-9907 ou sans frais au 1-888-393-2226; vous pouvez aussi consulter le site <https://bc.doctorsofoptometry.ca/>.