

## Que peut entraîner une diminution de la vision ?

Une diminution de la vision est un facteur de risque de chute à ne pas prendre à la légère. Ce déclin peut apparaître dès l'âge de 40 ans et va progresser lentement jusqu'à 85 ans.

### Qu'est-ce que ce déclin peut provoquer ?

- Une diminution de l'acuité visuelle
- Une diminution de la sensibilité au contraste
- Une diminution de la distinction des couleurs
- Une diminution de la perception de la profondeur du champ visuel
- Une diminution de l'utilisation du champ visuel utile

Tous ces facteurs vont petit à petit entraîner une détérioration de l'équilibre et peuvent favoriser une chute.

### Facile à compenser, pensez à :

- ALLUMER la lumière : revoir la position de l'interrupteur en entrant dans la maison ou installer des allumages automatiques dans les lieux de passage (escalier)
- GARDER vos lunettes à portée de main et les porter ! Les nettoyer régulièrement
- Faire un bilan ophtalmologique régulier.

Référence :

Haute Autorité de santé (2009). Évaluation et prise en charge des personnes âgées faisant des chutes répétées  
[https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2009-06/chutes\\_repetees\\_personnes\\_agees - argumentaire.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2009-06/chutes_repetees_personnes_agees - argumentaire.pdf)