



**CENTRE HOSPITALIER  
DU SUD SEINE ET MARNE**

FONTAINEBLEAU • MONTEREAU-FAULT-YONNE • NEMOURS

**QUIZZ PREVENTION SANTE :  
Dégénérescence maculaire  
liée à l'âge (D.M.L.A.).**

**TESTEZ VOS CONNAISSANCES** (la D.M.L.A. est une maladie de l'œil qui touche le centre de la rétine et représente la première cause de malvoyance chez les personnes de plus de 50 ans en France. Elle peut apparaître sans symptômes et entraîner une perte de la vision centrale si elle n'est pas dépistée et traitée rapidement).

**COMMENT PROCEDER ?** COCHEZ **VRAI** OU **FAUX** – ALLEZ VERIFIER L'ETAT DE VOS CONNAISSANCES EN PAGE 2 ...

**QUESTIONS<sup>1</sup>**

**1. La D.M.L.A. peut être liée à une activité répétée ou excessive de lecture ou de travaux sur ordinateur.**

|      |      |
|------|------|
| Vrai | Faux |
|------|------|

**2. Chaque D.M.L.A. est particulière.**

|      |      |
|------|------|
| Vrai | Faux |
|------|------|

**3. La D.M.L.A. rend souvent aveugle.**

|      |      |
|------|------|
| Vrai | Faux |
|------|------|

**4. La D.M.L.A. se manifeste toujours par l'apparition d'une tâche centrale noire.**

|      |      |
|------|------|
| Vrai | Faux |
|------|------|

**5. Le test d'AMSLER est une méthode facile et fiable de dépistage.**

|      |      |
|------|------|
| Vrai | Faux |
|------|------|

**6. Fumer augmente considérablement le risque d'avoir une D.M.L.A.**

|      |      |
|------|------|
| Vrai | Faux |
|------|------|

**7. Les aliments riches en oméga 3 sont efficaces dans la prévention de la D.M.L.A.**

|      |      |
|------|------|
| Vrai | Faux |
|------|------|

**8. Le facteur temps est fondamental pour limiter l'impact de la D.M.L.A.**

|      |      |
|------|------|
| Vrai | Faux |
|------|------|

**9. Comme pour la myopie, le port de lunettes permet de corriger la D.M.L.A.**

|      |      |
|------|------|
| Vrai | Faux |
|------|------|

**10. On peut guérir d'une D.M.L.A.**

|      |      |
|------|------|
| Vrai | Faux |
|------|------|

<sup>1</sup> QUIZZ questions/réponses issu de la campagne nationale 2019 des journées de la macula, du 24 au 28 juin [www.journees-macula.fr](http://www.journees-macula.fr)

## REPONSES

1. La D.M.L.A. peut être liée à une activité répétée ou excessive de lecture ou de travaux sur ordinateur.

|  |   |
|--|---|
|  | <b>Faux</b> : aucune étude ne permet d'acter ce constat, à ce jour. |
|--|---|

2. Chaque D.M.L.A. est particulière.

|  |  |
|--|--|
| <b>Vrai</b> : la gravité et l'évolution de la maladie varient d'une personne à l'autre et d'un œil à l'autre chez un même patient. |  |
|--|--|

3. La D.M.L.A. rend souvent aveugle.

|  |   |
|--|---|
|  | <b>Faux</b> : sauf complication rare, la vision périphérique, ou champ visuel, reste normal. La D.M.L.A. n'entraîne pas de cécité totale. |
|--|---|

4. La D.M.L.A. se manifeste toujours par l'apparition d'une tâche centrale noire.

|  |   |
|--|---|
|  | <b>Faux</b> : dans la plupart des cas, la D.M.L.A. évolue plusieurs années sans aucun signe d'alerte et <b>d'autres symptômes existent : flou visuel, ternissement des couleurs, lignes droites déformées ...</b> |
|--|---|

5. Le test d'AMSLER est une méthode facile et fiable de dépistage.

|  |   |
|--|---|
|  | <b>Faux</b> : ce test permet seulement de détecter des symptômes. <b>L'examen du fond d'œil pratiqué par un ophtalmologue est la seule méthode fiable de dépistage.</b> |
|--|---|

6. Fumer augmente considérablement le risque d'avoir une D.M.L.A.

|  |  |
|--|--|
| <b>Vrai</b> : le tabagisme est un facteur de risque majeur. Chez les grands fumeurs, le risque est multiplié de 3 à 6. |  |
|--|--|

7. Les aliments riches en oméga 3 sont efficaces dans la prévention de la D.M.L.A.

|   |  |
|---|--|
| <b>Vrai</b> : les poissons gras type saumon / hareng, les fruits secs, l'huile de colza et soja sont recommandés. |  |
|---|--|

8. Le facteur temps est fondamental pour limiter l'impact de la D.M.L.A.

|  |  |
|--|--|
| <b>Vrai</b> : moins d'une semaine doit s'écouler entre le début des symptômes et une consultation chez l'ophtalmologue. Le traitement d'une D.M.L.A. exsudative doit débuter moins de dix jours après le diagnostic. |  |
|--|--|

9. Comme pour la myopie, le port de lunettes permet de corriger la D.M.L.A.

|  |             |
|--|-------------|
|  | <b>Faux</b> |
|--|-------------|

10. On peut guérir d'une D.M.L.A.

|  |   |
|--|---|
|  | <b>Faux</b> : il est possible d'en ralentir l'évolution, dans certains cas. |
|--|---|