Vision

Pourquoi c’est important ?

Bien voir permet d’interagir avec son environnement et de préserver sa qualité de vie. Il est important de repérer tôt les pathologies oculaires pour pouvoir les traiter.

Pour quels signes consulter ?

En cas de difficulté à voir de près ou de loin, ou en cas d'apparition de symptômes, comme des déformations, des formes ou une tache noire.

5 conseils pour protéger votre vue

- Faites des pauses pour la vision de près.
- Ajustez la luminosité de vos écrans.
- Assurez vous d’avoir une bonne lumière au quotidien.

- Faites vérifier votre vue régulièrement, au moins une fois tous les 2 ans après 65 ans.
- Portez les lunettes qui vous sont prescrites, et assurez-vous qu'elles sont toujours bien adaptées.

ERVMA
Équipe Régionale Vieillissement & Maintien de l'Autonomie • Centre-Val de Loire

Contact : icope@chu-tours.fr