

JUIN 2022

généralions santé&forme

REGARD

Attention, chute de paupières!

Les paupières tombantes donnent au regard un air triste et fatigué. Et, surtout, elles impactent considérablement le champ visuel. Un petit lifting, appelé «blépharoplastie», permet de réparer ce défaut. Explications d'une spécialiste.

Le phénomène s'observe surtout chez les personnes qui avancent en âge, quand les paupières supérieures commencent à recouvrir une partie des yeux. L'impression de ne souffrir d'aucun handicap visuel peut être trompeuse. Ce n'est souvent que, après avoir subi une blépharoplastie, que les personnes constatent à quel point leur vision était limitée avant l'intervention.

Quelle est la cause des paupières tombantes? Réponse de la Dr^e Danielle Marie-Anne, ophtalmologue et spécialiste de la chirurgie des paupières chez Ophtaregard, à Lausanne: «C'est provoqué par un relâchement des tissus qui touche à la fois le front, la périorbite et la peau des paupières, d'où une grande quantité de peau qui se pose sur les yeux. Certaines personnes ont des paupières charnues, très lourdes. La forme du visage et des yeux qu'on hérite de nos parents joue également un rôle. Certaines personnes sont sujettes à avoir un excès de peau, d'autres n'auront jamais ce problème.»

La blépharoplastie consiste à enlever l'excès de peau ou de chair, grâce à une incision pratiquée dans le creux de l'orbite et dont la cicatrice sera invisible au bout de quelques mois. «Chez d'autres personnes, explique la spécialiste, les paupières tombantes sont dues à un



L'intervention chirurgicale consiste à supprimer l'excès de peau qui gêne la vision.

relâchement du muscle qui relève la paupière. Cela se voit surtout chez des personnes âgées maigres et dont le visage est creux. Dans ce cas, on pratique une opération différente, plus compliquée, qui consiste à repositionner le muscle. C'est l'intervention qui provoque la transformation la plus spectaculaire du regard, puisque les paupières sont à nouveau mobiles et les yeux grands ouverts.»

«Moi, c'est le regard»

L'importance du regard, c'est ce qui a déterminé le choix professionnel de Danielle Marie-Anne: «L'ophtalmologie est une spécialité extrêmement technique. On travaille sur des appareils. On étudie l'œil, mais pas le regard. Moi, c'est le regard qui me passionne, avec cette interaction entre les niveaux physique, émotionnel et même intellectuel. Le regard est une fenêtre >>>

INSOMNIES

Une couverture de plomb.

38

CANICULE

La Suisse est-elle prête en cas de nouvelle vague de chaleur?

40

PSYCHO

Depuis ma retraite, je me déprécie constamment.

42

NATATION

Découvrez quel style de nage vous convient le mieux!

43

iStock

PAUPIÈRES

sur la personne. D'où mon intérêt pour la blépharoplastie. »

Une chirurgie dont les bienfaits dépassent parfois les attentes des patients, mais dont le coût entre 3000 et 5000 francs est rarement pris en charge par les caisses-maladie. Celles-ci ont tendance à classer cette opération dans la catégorie des chirurgies esthétiques, à moins d'avoir la preuve que le champ de vision du patient est sérieusement perturbé. La D^{re} Marie-Anne déplore que les assurances ne fassent pas confiance aux ophtalmologues qui recommandent l'intervention. D'après les professionnels, l'examen du champ visuel exigé par les caisses-maladie pour décider ou non du remboursement n'est pas un bon examen pour évaluer la gêne ressentie par la personne : « Si celle-ci s'applique pendant les dix minutes de l'examen, elle va ouvrir les yeux et compenser son problème au prix d'un effort. Le résultat du test pourra montrer un champ visuel parfait, mais ne tiendra pas compte

du relâchement ou du positionnement habituel des paupières, ni de la fatigue accumulée par cette personne tout au long de la journée. Des patients ont eu la

surprise de voir disparaître des céphalées après l'opération. Auparavant, ils compensaient inconsciemment leur vision insuffisante en remontant

les sourcils pour relever leurs paupières. Le fait de tirer sur le front provoquait des tensions et des maux de tête. »

Un mot encore sur les éventuels effets indésirables de l'opération. En elle-même, l'intervention est indolore. La première semaine, il est possible d'avoir une vision trouble, des larmoiements ou, plus rarement, une sécheresse oculaire provoquant une douleur dans le fond de l'œil. Les ecchymoses disparaissent en une ou deux semaines. Quant à la rougeur de la cicatrice, elle disparaît à partir du troisième mois.

MARLYSE TSCHUI

« Le regard est une fenêtre sur la personne »

D^{re} DANIELLE MARIE-ANNE



Alors qu'elle améliore sensiblement le champ visuel, l'opération est rarement prise en charge par l'assurance-maladie.

LES YEUX DES STARS: MÊME GEORGES CLOONEY...

Oui, lui aussi ! Comme tant d'autres vedettes confrontées à la lumière cruelle des spots, Georges Clooney s'est fait opérer des paupières. La blépharoplastie serait l'intervention de chirurgie esthétique la plus fréquemment pratiquée sur les acteurs et les gens de télévision.

Les magazines people, qui s'intéressent aux moindres faits et gestes des stars, n'ont pas manqué de citer les changements parfois spectaculaires intervenus dans l'apparence de visages qui nous sont familiers, comme ceux de Renée Zellweger, Michel Drucker, Cameron Diaz, Pierre Arditi, Catherine Zeta-Jones ou encore Paul McCartney.



DR. Cat Morley / Avalon



PAUPIÈRES

paupières m'a décidée à franchir le pas.

Me voici en salle d'opération, perfusée au propofol pour une légère anesthésie pendant laquelle je rêve que je joue au scrabble. Réveil en douceur. C'est incroyable, je ne ressens aucune douleur, pas même le plus petit picotement ! Ma vision est nette, mais, pour plus de sûreté, mon amie Syl me ramène chez moi en voiture. Je commence immédiatement le rituel qui sera le mien pendant deux semaines : repos, compresses glacées toutes les heures, application de pommades sur les cicatrices. Pas d'efforts physiques, de douches, ni d'exposition au soleil. Le lendemain de l'opération, face au miroir, je suis confrontée à une vision d'horreur. Mes yeux ne sont plus que des fentes au milieu d'un masque de boursoflures et d'hématomes violacés oscillant entre le rouge et le noir. Compresses, compresses, compresses. Je ressemble à un monstre. Pas question d'ouvrir ma porte à qui que ce soit. En prévision de cette période d'isolement, j'avais fait des provisions de victuailles. Calfeutrée chez moi, je passe mon temps de recluse comme je peux, entre télé, bouquins, films et jeux sur Internet. Au bout de quelques jours, ça va mieux. Je ne ressemble plus à une écorchée vive mais à une femme victime de violences conjugales. Afin d'éviter les regards apitoyés, je porte des lunettes de soleil pour me promener et faire des courses.

« Mon regard s'est ouvert »

Dix jours après l'intervention, la chirurgienne ôte les fils et j'ai droit à un drainage lymphatique destiné à assouplir les tissus cicatriciels. Des ecchymoses ornent encore mon visage, mais je suis enchantée : mon regard s'est ouvert et je me rends compte à quel point mon champ de vision s'est agrandi. De limitée, ma vision est devenue panoramique. Je ne ressens plus aucune pesanteur au-dessus des yeux. Un mois plus tard, j'ai retrouvé mes yeux d'antan. Comme une ado, je cours faire une razzia au rayon cosmétiques pour acheter du mascara, de l'eye-liner et du fard à paupières. De quoi m'offrir une petite touche de féminité !

M.T.

TÉMOIGNAGE

« COMMENT J'AI RETROUVÉ MES YEUX D'ANTAN »

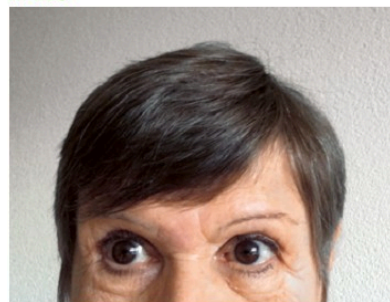
Depuis une dizaine d'années, mes paupières tombantes recouvraient mes cils. La larme à l'œil, j'avais fait une croix sur le mascara. Fini, le maquillage et le regard pétillant ! Quand mon ophtalmologue m'a demandé si je ne voulais pas faire opérer mes paupières, j'ai répondu non. Quelle importance, à mon âge ? Deux ans plus tard il m'a posé la même question. Après une brève hésitation, je me suis dit que j'allais quand même tenter le coup. Direction l'Hôpital ophtalmique pour un contrôle

de la vue, des tests et un entretien avec le chirurgien qui trouvait, lui aussi, que l'opération se justifiait. Mon dossier a été envoyé à l'assurance-maladie, mais celle-ci a refusé de rembourser l'intervention sous prétexte que je n'étais pas malade, autrement dit que ma vision était encore suffisante pour voir où je mettais les pieds. Dépitée, je m'étais résignée à continuer à poser sur le monde le regard las et triste d'un cocker épagneul... jusqu'au jour où ma rencontre avec une spécialiste de la chirurgie des

AVANT



APRÈS



IStock, DR

« J'ai fait des selfies pour illustrer la transformation de mes paupières. Edifiant, non ? »