

Première visite de votre enfant chez l'ophtalmologue

Vous avez pris rendez-vous chez l'ophtalmologue pour votre fille ou votre fils. Comment cette visite va-t-elle se dérouler ? Et comment préparer votre enfant ? Voici quelques conseils et astuces utiles, formulés par l'ophtalmologue pédiatrique Patricia Delbeke.

Expliquez-lui à l'avance ce qu'il va se passer

"En tant que parent, il est important, pour rassurer votre enfant, que vous lui expliquiez étape par étape les gestes de l'ophtalmologue", souligne le Dr Delbeke. Une consultation se déroule en effet en plusieurs étapes.

- *"L'ophtalmologue dirigera une petite lampe dans tes yeux"* : pour vérifier la position des yeux et contrôler si votre enfant ne louche pas.
- *"Tu devras reconnaître des dessins, des lettres ou des chiffres, de près et de loin"* : votre enfant devra se prêter à l'exercice à différentes distances (6 mètres et 30 centimètres). D'abord avec les deux yeux, puis chaque œil séparément. On colle alors un petit pansement sur l'œil ou on utilise une plaquette pour le cacher. Cette technique permet de déterminer l'acuité visuelle.
- *"L'ophtalmologue te mettra de petites gouttes dans les yeux. Il est possible que ça pique un peu. On retournera dans la salle d'attente le temps que les gouttelettes fassent effet. Au bout d'une demi-heure, l'ophtalmologue examinera tes yeux avec une lumière et un objectif. Tu pourras regarder dans un appareil qui cache un beau dessin"* : des gouttes ophtalmiques sont administrées afin d'examiner correctement les yeux. Il faut attendre qu'elles aient dilaté la pupille afin que l'ophtalmologue puisse examiner l'intérieur de l'œil à l'aide d'un objectif et d'une lampe. Par ailleurs, les gouttes détendent également le cristallin. La force oculaire peut alors être mesurée à l'aide d'un réfractomètre et on examine si l'enfant a besoin de lunettes.
- *"À cause des gouttes, tu peux voir flou et être gêné par la lumière"* : pendant quelques heures, votre enfant peut être dérangé par la lumière du soleil et voir flou, surtout de près. Il est conseillé de porter des lunettes de soleil après la consultation et d'éviter de lire de près.

Evitez de prendre rendez-vous après l'école

"Une consultation peut durer jusqu'à une heure. Les enfants dès l'âge de 3 ans doivent coopérer activement, il est donc important qu'ils ne soient pas fatigués. Je recommande par exemple de ne pas planifier le rendez-vous après l'école", déclare le Dr Delbeke. "Si c'est possible, n'amenez pas de petit frère ou petite sœur à la consultation, car ils peuvent perturber l'enfant et le distraire. Parents et médecin, soyons calmes et confiants, cela fournira à l'enfant la confiance nécessaire pour mieux collaborer".