



Protégez
votre
bien le
plus
précieux.

Votre vision.

Qu'est-ce que la dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA)?

La dégénérescence maculaire est un trouble de l'oeil qui touche les adultes lorsqu'ils vieillissent. Elle cause des dommages à la rétine qui peuvent se traduire par une perte de la vision au centre du champ visuel (la macula). La dégénérescence maculaire peut rendre difficile de lire un livre, de regarder la télévision ou de reconnaître les visages, car elle ne laisse souvent que suffisamment de vision périphérique pour les autres activités de la vie quotidienne.

La DMLA peut prendre deux formes, soit la dégénérescence de type humide et celle de type sec. La DMLA de type sec représente plus de 80 % des cas de DMLA.

Bien que des troubles de la vue tels que les cataractes et le diabète soient plus connus, la DMLA est en fait la cause majeure de la perte de la vision au Canada et elle touche plus d'un million de Canadiens².

Quels sont les symptômes de la DMLA?

Les symptômes les plus courants de la DMLA sont les suivants :

- Vision trouble.
- Présence d'ombres ou zones de vision manquantes.
- Vision déformée (p. ex., grilles de lignes droites qui apparaissent ondulées avec des zones blanches).
- Distinction difficile des teintes foncées et des teintes pâles.
- Rétablissement lent des fonctions visuelles après une exposition à une lumière brillante.

Qui est touché par la DMLA?

Comme son nom l'indique, la DMLA est liée à l'âge, ce qui signifie qu'en vieillissant, la possibilité de souffrir de cette maladie s'accroît. Plus du tiers des Canadiens âgés de 55 à 74 ans contracte la maladie et l'incidence monte à 40 % chez les Canadiens âgés de plus de 75 ans¹.

Malheureusement, la majorité des Canadiens ne connaît pas la DMLA ou le risque qu'elle pose. Une enquête récente indique que les Canadiens craignent

davantage de perdre la vue que de perdre l'usage de leurs jambes ou l'ouïe. Malgré l'importance de la vue, 70 % des personnes interrogées ne connaissaient pas les risques associés à la DMLA².

Quelles sont les causes de la DMLA?

Les principaux facteurs de risque de la DMLA comprennent la génétique, le vieillissement, l'usage du tabac et d'autres oxydants, la pollution, l'exposition au rayonnement solaire, l'utilisation de médicaments photosensibilisants et la consommation insuffisante de fruits et de légumes.

Que peut-on faire pour protéger la vue contre la DMLA?

Que peut-on faire pour réduire le risque de perte de la vision? Éviter le tabac, réduire l'exposition à la pollution, porter des lunettes de soleil qui protègent contre les ultraviolets et s'assurer d'adopter un régime riche en fruits et légumes — tout cela peut aider. Un autre moyen de réduire le risque consiste à consommer des compléments de vitamines et de caroténoïdes.

Des études sur la prévention de la DMLA de type sec par apport complémentaire d'antioxydants ont démontré qu'une combinaison particulière de vitamines peut réduire de 25 % l'incidence de DMLA chez les patients à haut risque (voir le compte rendu de l'étude AREDS ci-contre). D'autres études ont démontré qu'un apport quotidien d'au moins 10 mg de lutéine (un caroténoïde) peut améliorer la vision et ralentir la progression de la DMLA de manière significative (voir le compte rendu de l'étude LAST ci-contre).

Les gens à haut risque de contracter la DMLA ou qui affichent les symptômes de la maladie devraient consulter un médecin, un optométriste ou un autre professionnel de la santé au sujet de la consommation de compléments nutritifs qui contiennent des ingrédients mis en vedette dans les études AREDS et LAST.

RÉFÉRENCES

1. www.amdcanada.com/default_fr.htm
2. www.cnib.ca/fr/vos-yeux/maladies-oculaires/dmla/default.aspx

Compte rendu de l'étude AREDS

- Conclusion — L'étude AREDS (Age-Related Eye Disease Study), commanditée par le National Eye Institute du gouvernement des États-Unis, a découvert que l'ingestion de doses élevées d'antioxydants et de zinc peut réduire de 25 % le risque de contracter une dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA) à un stade avancé.
- Dose quotidienne — 25 000 UI de bêta-carotène, 500 mg de vitamine C, 400 UI de vitamine E, 80 mg de zinc et 2 mg de cuivre.
- Les essais cliniques de l'étude ont suivi de près environ 3 000 participants atteints de DMLA à divers stades. Les résultats ont indiqué que la formulation de vitamines AREDS, bien que n'étant pas une cure pour la DMLA, peut jouer un rôle-clé pour aider les personnes à haut risque de contracter une DMLA à un stade avancé de conserver la vue.
- Les personnes à haut risque de contracter une DMLA à un stade avancé devraient examiner la possibilité d'ingérer les éléments nutritifs cernés au cours de l'étude. Un professionnel des soins de la vue peut vous dire si vous souffrez de DMLA et êtes à risque de contracter la forme avancée de la maladie. Le médecin devrait vous administrer un examen de dilatation de l'oeil en versant des gouttes sur les yeux. Cela permet un examen attentif de l'intérieur de l'oeil pour rechercher les signes de DMLA.

Pour plus d'information, visitez les sites www.cnib.ca/fr/vos-yeux/nutrition/AREDS/default.aspx et www.nei.nih.gov/amd (anglais seulement).

Compte rendu de l'étude LAST

- L'étude LAST (Lutein Antioxydant Supplementation Trial) a été conçue pour déterminer si l'ingestion de compléments nutritifs contenant de la lutéine ou de la lutéine avec des antioxydants, des vitamines et des minéraux améliore les fonctions visuelles et atténue les symptômes de la DMLA.
- Conclusion — L'étude a démontré que les fonctions visuelles s'amélioreraient en prenant de la lutéine seule ou de la lutéine combinée avec d'autres éléments nutritifs. En particulier, la lutéine a amélioré de manière significative la densité optique du pigment maculaire, la récupération après éblouissement, l'acuité visuelle en vision de près et les mesures de la qualité de la vue (sensibilité au contraste). La combinaison de lutéine et d'antioxydants a eu des effets plus étendus que la lutéine seule. On n'a observé aucune progression de la rétinopathie de la DMLA chez les patients recevant de la lutéine et des éléments nutritifs antioxydants.
- Dose quotidienne — 10 mg de lutéine avec ou sans vitamines antioxydantes.

Pour plus d'information, visitez les sites www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15117055 (anglais seulement) et french.luteinfo.com/uploads/VN/pf/VNpfcFuGudjeUmbYS-dvpu/Communiqué_North_Chicago_VA_Medical_Center.pdf.



HEALTH
FIRST™



Vision Supreme

Comprimés Vision Supreme

Parce que votre vue est essentielle — Le principal complément alimentaire scientifique pour les yeux au Canada.

Le complément Vision Supreme de Health First® a été mis au point pour reproduire la puissance des doses lors des essais cliniques des études AREDS (Age-Related Eye Disease Study) et LAST (Lutein Antioxidant Supplement Trial). Ces études ont porté sur la prévention de la dégénérescence maculaire et l'amélioration des fonctions visuelles grâce à des éléments nutritifs antioxydants.

Comparez Vision Supreme à Vitalux®, la principale formulation à grande diffusion :

Ingrédient	 Vision Supreme par comprimé	 Vitalux® National Brand par comprimé
Bêta-carotène	12 500 UI	12 500 UI
Vitamine C	250 mg	250 mg
Vitamine E	200 UI	200 UI
Zinc	40 mg	40 mg
Cuivre	1 mg	1 mg
Lutéine	6 mg	3 mg
Zéaxanthine	2 mg	0.132 mg
Goji	50 mg	--
Bleuet (extrait 100:1)	10 mg	--
Action retard	Oui	Oui
2 comprimés correspondent à la formulation AREDS	Oui	Oui
2 comprimés correspondent à la formulation LAST	Oui	Non



Vision Supreme contient :

- Les vitamines antioxydantes AREDS — Bêta-carotène, vitamines C et E, zinc et cuivre dans les quantités recommandées par l'étude AREDS.
- Les caroténoïdes LAST — Une quantité de lutéine qui dépasse les exigences de l'étude LAST, plus le caroténoïde zéaxanthine connexe.
- Des antioxydants naturels à base de plantes — Des mûres riches en proanthocyanidines, le goji et le bleuet, peuvent potentiellement promouvoir la santé des yeux.

Renseignements sur l'utilisation de Vision Supreme

Usage recommandé : Contribue à ralentir la progression de la dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA). Participe à la protection de la fonction visuelle. Source de vitamine A pour participer à la conservation de la vue, ainsi qu'au développement et à l'entretien de la vision nocturne. La lutéine et la zéaxanthine favorisent la santé des yeux, y compris la macula, la rétine et le cristallin, chez les personnes souffrant de DMLA ou de cataractes grâce à leurs propriétés antioxydantes.

Posologie : Adultes – Prendre d'un à deux comprimés par jour avec un grand verre d'eau ou selon les directives d'un professionnel de la santé. Prendre le produit quelques heures avant ou après la prise d'autres médicaments.

Ingrédients non médicinaux : hydroxypropylméthyl cellulose, phosphate de calcium dihydrate, cellulose microcristalline, stéarate de magnésium, enrobage d'hydroxypropylméthyl cellulose, arôme naturel de vanille.

Information sur les risques : On recommande aux fumeurs de consulter un médecin au sujet des risques liés au tabagisme et à la consommation de niveaux élevés de bêta-carotène. Il est possible que la peau jaunisse. Pour éviter les symptômes gastrointestinaux, on recommande la consommation des comprimés avec un repas.

*Pour plus d'information sur l'étude AREDS, visitez le site www.nei.nih.gov/amd/ Pour plus d'information sur l'étude LAST, visitez le site www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15117055.

Une combinaison gagnante pour la santé des yeux

**Vision Supreme
+ Huile de poisson Omega-First
= Santé complète des yeux**



Vision Supreme fournit les éléments nutritifs recommandés pour la santé des yeux par les études AREDS et LAST. L'étude AREDS 2 présentement en cours examine si l'acide docosahexaénoïque (DHA), un important acide gras oméga-3, a le potentiel de soutenir la santé des yeux. Des études déjà parachevées par le National Eye Institute à la Harvard Medical School suggèrent que des compléments de DHA, qui est présent en grande quantité dans une rétine saine, peut aider à prévenir les maladies oculaires et réduire l'inflammation des yeux.

Health First® offre également un produit contenant l'acide gras oméga-3 qui provient d'huile de poisson de qualité élevée. Omega-First contient des niveaux élevés d'acide eicosapentaénoïque et de DHA et le produit a fait l'objet d'essais indépendants par le programme IFOS (International Fish Oil Standards) pour en assurer la pureté et la sécurité.

Pour plus d'information sur les résultats des essais, visitez le site www.ifosprogram.com.



Les produits Health First® sont offerts exclusivement par

