

PHOTOPHOBIE Peur de la lumière

Photophobie, dérivé des mots grecs « photos » (lumière) et « phobia » (peur), est donc employé pour décrire une hypersensibilité à la lumière ou les sensations désagréables provoquées par la lumière. Il ne faut pas confondre ce trouble avec un éblouissement, qui est lui dû à une trop forte luminosité.

La photophobie est-elle un diagnostic médical ?

La sensibilité à la lumière, aussi appelée photophobie, se manifeste par une sensation d'inconfort oculaire en cas de forte luminosité. La lumière du soleil comme la lumière artificielle peuvent aggraver la photophobie. Il s'agit d'un symptôme, et non d'une maladie.

La photophobie, ou l'hypersensibilité à la lumière, est un symptôme fréquent de la migraine, ainsi que l'un de ses critères diagnostiques.

Cependant, certaines personnes peuvent être atteintes de photophobie sans pour autant que celle-ci soit accompagnée d'autres symptômes de la migraine.

Quels sont les symptômes de la photophobie ?

- Une sensation de fatigue importante ;
- Un besoin de plisser les yeux, voire de les fermer ;
- Un larmolement ;
- Une vision trouble ou brouillée ;
- Une inflammation oculaire (rougeur, irritations, gonflement, etc.)

La photophobie peut être une séquelle possible d'un AVC oculaire car les lésions de la rétine peuvent la rendre plus sensible aux sources lumineuses.

Quelles lunettes de vue choisir en cas de photophobie ...

Une paire de lunettes aux verres teintés bleus, jaunes ou rouges permettent notamment de réduire l'intensité de la lumière. La personne concernée devra essayer différentes teintes afin de déterminer celle qui lui convient le mieux.

Quelle est la cause neurologique de la photophobie ?

La migraine est un grand pourvoyeur de photophobie d'origine neurologique ; plus rarement, la photophobie accompagne un syndrome méningé par méningite ou hémorragie méningée, situations graves pouvant mettre en jeu le pronostic vital.

Comment calmer la photophobie ?

Réduisez la quantité de lumière entrant dans votre maison avec des rideaux occultants. Évitez les rayons du soleil. Installez un éclairage adapté à la photophobie : Ampoules à intensité variable.

Quelles sont les causes de la photosensibilité ?

La photosensibilité est une réaction excessive cutanée à la lumière solaire. Elle peut être liée à une photoallergie ou à une phototoxicité et peut être idiopathique ou survenir après une exposition à certains médicaments ou produits chimiques toxiques ou allergisants.

La photophobie peut aussi avoir une origine psychologique et être liée à une dépression ou à d'autres troubles comme une agoraphobie qui peut provoquer d'intenses crises de panique.

Il est impératif de consulter en urgence en cas de photophobie soudaine et intense, associée à douleur oculaire importante, maux de tête violents, raideur de la nuque, fièvre ou troubles visuels.

La durée de la photophobie varie selon sa cause. Elle peut être temporaire, ne durant que quelques jours, ou chronique, persistant pendant des mois, voire des années. Il est essentiel de traiter la cause sous-jacente pour déterminer la durée des symptômes.

Comment puis-je guérir la photophobie ?

Un traitement de fond de la migraine peut également aider à combattre une photophobie chronique. Des verres teintés, ainsi que des verres anti-lumière bleue ou des verres rouges, permettraient également de diminuer la sensibilité à la lumière. Ces verres sont disponibles sans ordonnance.

Quels sont les symptômes de la photophobie

- vision trouble.
- fatigue des yeux.
- sensation de brûlures au niveau des yeux.
- sécheresse oculaire.
- douleurs au niveau des yeux.
- clignement excessif.
- besoin de plisser les yeux ou de les fermer complètement.
- larmoiement excessif.