

## Bulletin d'information - printemps 2022

DMLA humide : trop tôt pour se réjouir mais...	P.2
Médicaments existants contre la DMLA?	P.3
Pollution lumineuse	P.4
Comment choisir une aide visuelle adaptée à vos besoins	P.5
Convocation à l'Assemblée générale	P.7



## Je quitte la direction générale mais pas l'AQDM

Après plus de dix ans à la direction générale, j'ai décidé de passer le flambeau à une personne plus jeune, dynamique et ayant beaucoup d'expérience. Je suis convaincu que Sylvie Castonguay, qui occupe ce poste maintenant, permettra à l'AQDM de développer de nouveaux services aux membres et de poursuivre notre mission avec succès.



Pour ma part, j'ai été élu à la présidence du conseil d'administration de l'AQDM. Beaucoup de responsabilités incombent à la présidence. Pour n'en nommer que quelques-unes : surveiller l'exécution des décisions prises par le conseil, représenter l'Association, soutenir la mise en œuvre des projets de l'AQDM.

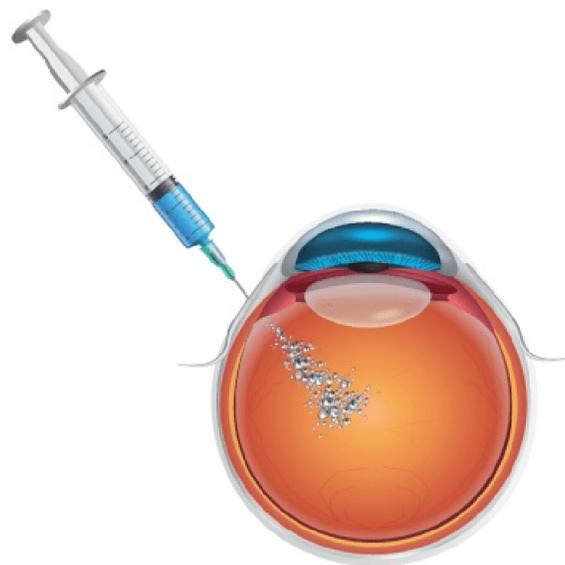
Je garderai néanmoins un lien direct avec les membres, les comités de soutien et la population. Je serai toujours sur le terrain pour donner des conférences dans toutes les régions du Québec. Continuons à bâtir ensemble une AQDM dynamique et à apporter soulagement et espoir à toutes les personnes atteintes de dégénérescence maculaire.

*André Lavoie*

# DMLA humide : trop tôt pour se réjouir mais...

Sera-t-il possible d'arrêter les injections? Du moins pour certains, selon une étude préliminaire publiée par l'Université Johns Hopkins. En prélevant le liquide d'yeux atteints de la forme humide, les chercheurs ont identifié un biomarqueur qui pourrait prédire quels patients pourraient être sevrés des injections oculaires, en toute sécurité, dans un délai d'un an.

Des tests effectués auprès d'une centaine de patients ont révélé que des protéines spécifiques ont été détectées à différents niveaux pour ceux qui ont arrêté le traitement.



L'examen de ces protéines permettrait de prédire très tôt l'arrêt des injections et possiblement conduire vers un nouveau traitement.

Même si les résultats ne permettent pas de préciser un calendrier précis, il semble que près du tiers des personnes atteintes de la forme humide pourraient éventuellement cesser les injections oculaires. Une recherche prometteuse à suivre...

# Médicaments existants contre la DMLA?

## DMLA sèche et antidépresseur...

Des chercheurs de l'Université de Virginie, aux États-Unis, pensent avoir trouvé une piste prometteuse pour ralentir la progression de la forme sèche de la DMLA. Ils ont utilisé le Prozac, un antidépresseur très connu, pour en arriver à cette conclusion.



En explorant de grandes bases de données d'assurance couvrant plus de 100 millions de personnes, ils ont constaté que celles prenant de la fluoxétine, l'ingrédient actif du Prozac, étaient moins nombreuses à être atteintes de la DMLA sèche. Encouragés par ce résultat, les chercheurs ont testé le Prozac et huit autres antidépresseurs sur des souris. Seule la fluoxétine du Prozac a confirmé le ralentissement de la maladie. Cette molécule agirait sur un récepteur qui contribue à contrer une inflammation de l'épithélium pigmentaire, une cellule importante de la rétine.

# Médicaments existants (suite)

## ...et l'Antabuse pour les alcooliques

Le nom scientifique du médicament est le disulfirame commercialisé sous l'étiquette Antabuse pour traiter l'alcoolisme. Des chercheurs, cette fois de l'Université de Rochester, ont constaté que des souris presque aveugles pouvaient détecter plus aisément des images projetées par ordinateur. L'Antabuse permet de restaurer une partie de la vision en supprimant un « filtre » sensoriel qui s'active lors de la mort de photorécepteurs de la rétine et qui bloque le message des photorécepteurs survivants vers le cerveau.

Si le potentiel thérapeutique est confirmé pour les yeux, ces médicaments pourraient être disponibles plus rapidement en pharmacie, car ils ont déjà fait la preuve de leur innocuité.



## Pollution lumineuse

Une exposition à la lumière intense risque d'endommager la rétine et provoquer une dégénérescence maculaire. Une étude de l'Académie nationale de médecine, en France, a démontré que les lumières fortes, en particulier les D.E.L., augmentent le risque de DMLA.

## Pollution lumineuse (suite)

Nous le savions déjà, car les chercheurs, pour études, provoquent la DMLA chez des souris en les exposant à des lumières vives et aux ultraviolets. Cependant, l'étude met en relief une perturbation des mécanismes naturels en lien avec le sommeil. Les photorécepteurs de la rétine, un type de neurones, se régénèrent la nuit. Il est



recommandé d'éviter les sources trop lumineuses après 21 heures. La luminosité des écrans avant le coucher perturbe des mécanismes naturels en bloquant la mélatonine, une hormone qui régularise le sommeil.

Il est aussi conseillé de favoriser des ampoules à lumière jaune pour l'éclairage domestique.

## Comment choisir une aide visuelle adaptée à vos besoins

Nous recevons de nombreuses demandes d'information au sujet des aides visuelles disponibles sur le marché. Il n'est pas simple de répondre à cette question car tout dépend du niveau d'acuité visuelle et des besoins de chaque personne selon son style de vie.



# Comment choisir une aide visuelle adaptée à vos besoins (suite)

On pense souvent à utiliser une loupe pour grossir les caractères. C'est une option valable, mais il y en a beaucoup d'autres, parfois moins chères, comme les applications pour les téléphones intelligents.

Au Québec, les centres de réadaptation intégrés au système de santé fournissent de l'aide gratuite aux personnes atteintes d'une perte visuelle avancée. Pour accéder à leurs services, il faut expédier un formulaire de demande d'aide incluant une évaluation professionnelle de la capacité visuelle. À l'heure actuelle, il faut attendre plusieurs mois pour savoir si son dossier est accepté.

Alors, que vous ayez besoin d'une aide visuelle moins avancée ou que vous soyez en attente d'une réponse d'un centre de réadaptation, vous pouvez bénéficier des services-conseil et du prêt d'équipement de la Fondation INCA.

Le conseiller du Centre Mieux Vivre, Mazen Karim, propose un service personnalisé et gratuit. Il pourra vous guider vers les produits de la boutique INCA les mieux adaptés à votre situation. Il conseille les gens par téléphone et prête des produits pour une période d'essai d'une semaine et offre une formation virtuelle sur leur utilisation. Il offre aussi des démonstrations au bureau de la Fondation INCA à Montréal.

Vivant lui-même avec une limitation visuelle, il a dû apprendre à se servir de loupes, de téléphones intelligents et d'ordinateurs portables avec des logiciels pour les personnes vivant avec une perte de vision.

Vous pouvez joindre Mazen Karim au 1 800 465-4622, poste 251 ou [mazen.karim@inca.ca](mailto:mazen.karim@inca.ca).

# Convocation à l'Assemblée générale

Les membres de l'AQDM sont invités à participer à l'Assemblée générale 2022.

Compte tenu de la situation sanitaire, l'assemblée aura lieu virtuellement encore cette année. Nous invitons nos membres n'ayant pas accès à un ordinateur ou une tablette à demander l'aide d'un proche pour y participer.

Quand : **le samedi 4 juin 2022, 9 h 30**

Comment y participer : **par zoom**

Le lien pour se connecter et les documents seront expédiés par courriel aux personnes ayant confirmé leur présence.

Principaux points à l'ordre du jour

- Présentation des états financiers et du rapport annuel d'activités
- Orientations du plan d'actions 2022-2023
- Nomination du vérificateur externe
- Élection des membres du conseil d'administration

À la suite de l'assemblée, les membres désirant recevoir plus d'information sur la dégénérescence maculaire pourront demeurer connectés à zoom. Le président du conseil d'administration, André Lavoie, répondra aux questions.

Pour confirmer votre présence d'ici le 30 mai :

Téléphonez au 1-866-867-9389 ou écrivez à [info@aqdm.org](mailto:info@aqdm.org).



Association québécoise de la  
dégénérescence maculaire

## Faire un don

L'AQDM est un organisme à but non lucratif. Il regroupe les personnes atteintes de dégénérescence maculaire et leurs aidants naturels, les informe, apporte son soutien et les représente auprès des organismes ou instances en santé. L'Association mène également des campagnes de prévention auprès du public. Votre contribution est importante pour que nous puissions remplir notre mission. L'AQDM est accréditée comme organisme de charité et peut délivrer des reçus aux fins d'impôts.

Pour les dons en ligne, suivez cette adresse: <http://aqdm.org/don.html>

Pour les dons par la poste, veuillez libeller votre chèque à l'ordre de L'AQDM, et l'envoyer à cette adresse:

## AQDM

400, avenue Laurier Ouest, Bureau 403, Montréal (Québec) H2V 2K7

Voici les informations à inclure avec l'envoi:



Prénom \_\_\_\_\_ Nom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_ App. \_\_\_\_\_

Ville \_\_\_\_\_ Code postal \_\_\_\_\_

Tél. \_\_\_\_\_

Montant \_\_\_\_\_ \$ Date \_\_\_\_\_

Désire un reçu aux fins d'impôt: Oui ( ) Non ( )

Pour un reçu par courriel, indiquer l'adresse: \_\_\_\_\_

L'Agence du Revenu du Canada exige que l'adresse personnelle du donateur apparaisse sur le reçu pour don de charité.