



Vision





Vision

Pour répondre à ces questions, partez du principe que vous portez vos lunettes ou lentilles de contact habituelles (si vous en utilisez).

Questions

Comment évaluez-vous votre vision lorsque vous gardez les deux yeux ouverts (le cas échéant, avec des lunettes ou des lentilles de contact)?

Excellente Bonne Suffisante Mauvaise

Votre vision vous préoccupe-t-elle?

Pas du tout Pas particulièrement Un peu Beaucoup

Informations générales

Vous avez peut-être un problème de vue. Celle-ci diminue avec l'âge; cela peut se manifester de différentes façons et accroître le risque d'accident. Peut-être avez-vous des difficultés à lire les panneaux de signalisation ou à évaluer correctement la vitesse et la position des autres usagers de la route? Certains problèmes de vue

ne peuvent pas être corrigés, mais beaucoup sont résolus avec l'aide d'un médecin.

- Faites contrôler régulièrement votre vue.
- Informez votre médecin de tout changement de votre vision.



Questions

Dans quelle mesure le soleil bas vous éblouit-il au volant?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

Lorsque vous conduisez de nuit, les feux de croisement des véhicules arrivant en sens inverse vous gênent-ils?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

Etes-vous gêné lorsque la lumière est réfléchi par quelque chose que vous regardez (p. ex. lorsque la lumière d'une lampe se reflète sur l'écran du téléviseur allumé)?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

Informations générales

Vos yeux ont peut-être besoin de plus de temps pour se remettre d'une lumière éblouissante. Avec l'âge, les yeux sont de plus en plus sensibles à l'éblouissement, raison pour laquelle il nous est plus difficile de conduire de nuit. La cataracte peut en être la cause. Selon plusieurs études, il faut davantage de temps aux seniors pour retrouver une vision normale après avoir été éblouis par la lumière. Certains conducteurs essaient de se protéger avec des lunettes de soleil, mais celles-ci entravent considérablement la vision de nuit et compromettent donc la sécurité au volant.

- Faites contrôler régulièrement votre vue.
- Prenez contact avec votre médecin si vous constatez que vos yeux ont besoin de beaucoup de temps pour se remettre d'une lumière éblouissante.
- Essayez de ne plus conduire de nuit.
- Évitez de regarder directement les phares des autres véhicules.



Questions

Avez-vous du mal à lire un journal avec une police d'écriture de taille normale?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

Avez-vous du mal à lire les petits caractères dans un annuaire, sur l'emballage d'un médicament ou sur un plan?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

La nuit, votre tableau de bord vous semble-t-il flou même s'il est suffisamment éclairé?

Non **Oui**

Informations générales

Vous avez peut-être des problèmes pour voir de près; en d'autres termes, votre vision de près est floue. Notre capacité à lire les petits caractères ou à voir clairement les indications du tableau de bord diminue avec l'âge. Ces problèmes peuvent être liés à la cataracte, mais les traitements sont généralement efficaces.

- Faites contrôler régulièrement votre vue. Des lunettes ou des lentilles de contact pourraient améliorer votre vue.
- Prenez contact avec votre médecin si votre vision de près a changé.



Questions

Avez-vous du mal à lire une publicité, par exemple sur un bus ou un camion en mouvement alors que vous-même ne vous déplacez pas?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

Avez-vous du mal à reconnaître des personnes de loin?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

Devez-vous plisser les yeux pour regarder la télévision ou au loin?

Non **Oui**

Informations générales

Vous avez peut-être un problème pour voir de loin; en d'autres termes, votre vision de loin est floue. Au volant, la myopie se manifeste par des difficultés à lire les panneaux de signalisation et à identifier à temps le marquage au sol. Des études montrent que les problèmes de vision de loin augmentent avec l'âge et accroissent le risque d'accident. Ils peuvent également être liés à la cataracte, mais les traitements sont généralement efficaces.

- Faites contrôler régulièrement votre vue. Des lunettes ou des lentilles de contact pourraient améliorer votre vue.
- Prenez contact avec votre médecin si votre vision de loin a changé.



Questions

D'autres véhicules entrent-ils soudainement dans votre champ de vision latéral lorsque vous conduisez en regardant droit devant vous?

- Jamais Rarement **Parfois** **Souvent**

Etes-vous souvent «surpris» par un véhicule que vous remarquez uniquement lorsqu'il est juste à côté de vous?

- Jamais Rarement **Parfois** **Souvent**

Au volant ou de manière générale, lorsque vous regardez droit devant vous, avez-vous du mal à remarquer ce qui se passe à votre droite et à votre gauche?

- Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

Informations générales

Votre champ de vision a peut-être rétréci, raison pour laquelle vous avez du mal à percevoir suffisamment tôt des véhicules et des personnes se trouvant sur le côté. Plus notre champ de vision est large, plus nous pouvons voir sans bouger la tête ou les yeux. Selon plusieurs études, le champ de vision latéral diminue avec l'âge, ce qui accroît le risque d'accident, car nous réagissons plus tardivement.

Que pouvez-vous faire pour compenser partiellement vos problèmes dus à un champ de vision rétréci? Faites vérifier ce dernier par un oph-

talmologue et **ne conduisez plus jusqu'à cet examen**. Si vous le réussissez, vous pouvez également suivre les conseils suivants:

- Au volant, tournez la tête et regardez régulièrement sur les côtés.
- Réglez vos rétroviseurs (intérieur et extérieurs) de manière à élargir votre champ de vision.
- Utilisez un rétroviseur intérieur spécial qui agrandit votre champ de vision.
- Le cas échéant, vous pouvez faire installer un assistant d'angle mort qui vous avertit en cas de danger.



Questions

Avez-vous du mal à voir dans une pièce mal éclairée (p. ex. lire le menu dans un restaurant peu éclairé)?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

La nuit, avez-vous des difficultés à lire votre tableau de bord s'il est mal éclairé?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

Avez-vous du mal à voir les feux arrière des autres véhicules parce qu'ils ne sont pas assez clairs?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

Informations générales

Votre photosensibilité a peut-être diminué, ce qui affecte votre capacité à voir avec un éclairage médiocre (p. ex. la nuit). Des études montrent que la photosensibilité baisse avec l'âge; les seniors ont donc besoin de davantage de lumière pour voir. De plus, vos yeux s'habituent plus lentement à une luminosité changeante. Une réduction de la photosensibilité entrave la conduite de nuit et compromet donc la sécurité au volant.

- Faites contrôler régulièrement votre vue pour détecter suffisamment tôt une photosensibilité changeante.

- Essayez de ne plus conduire dès la nuit tombée.
- Si vous devez tout de même conduire de nuit, soyez encore plus prudent que d'ordinaire.
- Si possible, augmentez l'éclairage de votre tableau de bord.
- Privilégiez les routes bien éclairées. Plus l'éclairage est performant, meilleure est la luminosité.
- Veillez à la propreté du pare-brise, des vitres latérales, des rétroviseurs et des phares.
- Si vous avez des problèmes de cataracte, une opération pourrait vous aider.



Questions

Avez-vous du mal à évaluer votre vitesse sans regarder le compteur?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

Lorsque vous vous garez, avez-vous du mal à bien évaluer les distances?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

Avez-vous du mal à évaluer la vitesse à laquelle vous vous rapprochez d'un véhicule à l'arrêt?

Pas du tout Pas particulièrement **Un peu** **Beaucoup**

Informations générales

Votre perception de la profondeur est peut-être limitée, ce qui affecte votre capacité à évaluer correctement la distance qui vous sépare des objets. Sur la route, cette perception joue un rôle important pour s'insérer dans la circulation, pour changer de direction et pour stationner. Selon plusieurs études, cette capacité peut diminuer avec l'âge. Les conducteurs d'un certain âge ont davantage de difficultés à estimer correctement les distances que leurs homologues plus jeunes.

- Allez régulièrement chez le médecin pour détecter des changements dans votre vision.
- Augmentez la distance de sécurité entre votre véhicule et celui qui vous précède.
- Regardez si les véhicules qui vous précèdent freinent (et pas uniquement celui qui est juste devant vous) afin d'être toujours prêt à vous arrêter.