

Lumière et oeil : toxicité ou thérapeutique ?

Dr Jean-Claude LEPORI

Dans les années à venir, au moins 90% de de l'éclairage va provenir de LED. Tous les écrans, télévisions, ordinateurs, smartphones, tablettes, casques de réalité virtuelle vont fonctionner au moyen de LED. Or les LED émettent un pic important de lumière bleue. Cette lumière bleue est elle sans danger ? Toute la lumière bleue est elle nocive ou seulement une partie ?

Quels vont être les conséquences oculaires à long terme de cette exposition chronique ? Les expérimentations animales se révèlent peu contributives.

Alors que savons nous actuellement sur les effets nocifs oculaires éventuels de l'exposition chronique à la lumière bleue ?

Y a-t-il un risque de surexposition chez les jeunes ?

La lumière bleue est un facteur important de la régulation de notre horloge biologique.

Quels sont les comportements à éviter et à conseiller ?

Faut il conseiller de se protéger de l'exposition à la lumière bleue ? Comment et quels en sont les moyens ?

Enfin, peut-on utiliser la lumière bleue comme agent thérapeutique ou comme agent dopant ?

Voici les questions qui se posent aujourd'hui sur ce problème.