

OMMETAPHOBIE Peur des yeux

Certaines personnes ont peur des yeux, il s'agit de la peur des yeux eux-mêmes

La peur des yeux existe bel et bien. Elle se nomme l'ommatophobie. Les gens qui en sont atteints frémissent en imaginant les yeux globuleux des créatures sous-marines, mais aussi en pensant à des yeux humains.

8 FAITS EFFRAYANTS SUR VOS YEUX

L'Halloween approche! C'est le temps de l'année où nous décorons nos maisons pour leur ajouter une touche effrayante. Les citrouilles, les chats noirs et les fantômes seront à l'honneur pour accueillir les enfants qui viennent réclamer des bonbons.

1. Nous clignons des yeux de 15 à 20 fois par minute

Cela représente 28 000 clignements par jour, ou encore 10.2 millions par an! Saviez-vous qu'un clignement ne dure que de 100 à 150 microsecondes? Ce mouvement permet d'hydrater et de nettoyer les yeux. À chaque clignement, le liquide lacrymal est étalé par la paupière pour conserver l'hydratation de l'œil.

2. Les muscles des yeux sont les plus actifs du corps

On les appelle les muscles oculomoteurs. La plupart des mouvements des yeux sont involontaires : vos yeux bougent souvent sans que vous ne vous en aperceviez! Ces mouvements sont très rapides, un regard peut durer aussi peu que 50 à 60 millisecondes.

3. Certaines personnes ont peur des yeux

La peur des yeux existe bel et bien. Elle se nomme l'**ommatophobie**. Les gens qui en sont atteints frémissent en imaginant les yeux globuleux des créatures sous-marines, mais aussi en pensant à des yeux humains. Cette peur se développe la plupart du temps après que la personne ait expérimenté une importante blessure à l'œil, ou en ait été témoin.

4. Chaque œil abrite 7 millions de cônes et 100 millions de bâtonnets

Les cônes et les bâtonnets sont des photorécepteurs situés sur la rétine. Les cônes permettent de discerner les couleurs et les détails. Ils assurent ainsi une bonne acuité visuelle, et idéalement une vision de 20/20. Pour ce qui est des bâtonnets, ils nous aident à mieux voir dans l'obscurité. Ils sont particulièrement sensibles à la lumière à faible intensité.

5. Les yeux guérissent plus rapidement que les autres parties du corps

La guérison de la cornée peut être très rapide. Par exemple, une cornée ayant subi une éraflure superficielle peut être rétablie en 24 à 48 heures seulement!

6. Un point aveugle se trouve dans la rétine

Une partie de la rétine est dépourvue de photorécepteurs, créant un point aveugle. Cette tache aveugle se situe à l'endroit où le nerf optique s'insère dans la rétine. Suivant cette logique, une partie du champ visuel devrait être manquante. Toutefois, le cerveau s'occupe de remplir le point aveugle, de sorte qu'il soit imperceptible. Eh oui, votre cerveau vous joue des tours!

7. Des acariens peuvent vivre dans vos cils

Le *demodex folliculorum* est un type d'acarien qui vit dans les poils du visage, notamment dans les cils. Il est invisible à l'œil nu. On le retrouverait chez 10 à 20% de la population, en particulier les personnes âgées. Rassurez-vous, les *demodex* sont habituellement sans danger!

8. Vos yeux voient le monde à l'envers

Saviez-vous que l'image captée par vos yeux se trouve en réalité à l'envers? C'est le cerveau qui s'occupe de la replacer dans le bon sens, et ce, en une fraction de seconde seulement! Les yeux sont sans contredit l'une des parties les plus étonnantes, mais aussi les plus importantes et fragiles du corps humain. Avant d'utiliser des lentilles cornéennes de fantaisie pour

vous costumer cette année, consultez votre optométriste afin de vous assurer qu'elles sont sécuritaires.