

Guide de l'audition





Environ 10% de la population mondiale souffre d'une perte auditive. Souvent associé aux signes de vieillesse, porter une aide auditive donne l'impression « d'être vieux ». Détrompez-vous. On estime que 20 à 40% des personnes âgées de 40 à 60 ans ont un problème d'audition.

L'exposition prolongée à des environnements sonores bruyants est mise en cause, et affecte des personnes de plus en plus jeunes.

La bonne nouvelle : environ 95% des pertes auditives peuvent être corrigées par le port d'aides auditives.

On estime qu'environ **2 millions de Français de moins de 55 ans** souffrent d'un problème d'audition¹.

Parmi les Français qui considèrent avoir des difficultés auditives, **18%** portent une aide auditive².

¹ Secrétariat d'Etat à la Santé

² Enquête Baromètre national de l'audition – Ipsos Santé / Association

« Journée Nationale de l'Audition » - Présentation – 29 avril 2003

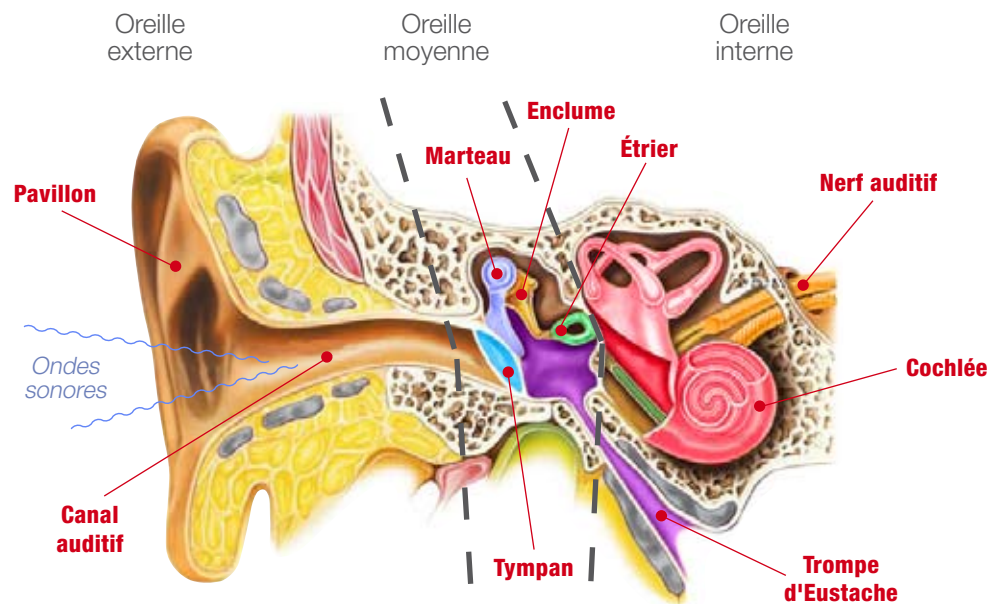
Sommaire

Qu'est-ce qu'une perte auditive ?	p.4
Notre oreille	p.4
Types de pertes auditives	p.5
Degrés de perte auditive	p.6
Premiers signes	p.7
Bruits de la vie courante	p.7
Conséquences de la non prise en charge	p.8
Le test auditif	p.8
Y-a-t-il une bonne raison d'attendre ?	p.8
Pourquoi faire un test ?	p.9
Où se renseigner ?	p.10
Comment se déroule le test ?	p.11
Les solutions	p.12
Différents modèles d'aides auditives	p.12
Doit-on se faire appareiller une ou deux oreilles ?	p.14
Comment s'habituer ?	p.15
Entretien des aides auditives	p.17
Questions les plus fréquemment posées	p.18
Lexique	p.19



Qu'est-ce qu'une perte auditive ?

Notre oreille



Mieux comprendre les problèmes d'audition, c'est déjà comprendre le fonctionnement de notre oreille.

L'oreille externe collecte l'ensemble des ondes sonores. Ces ondes voyagent le long du canal auditif et vibrent contre le tympan.

Dans l'oreille moyenne, trois osselets (les plus petits du corps humain) transmettent et amplifient les vibrations sonores à la cochlée, située dans l'oreille interne. Le liquide contenu dans la cochlée ondule et actionne les cellules ciliées qui la tapisse.

Les cellules ciliées envoient alors des impulsions électriques, transmises au cerveau par le nerf auditif, où le signal est traduit en une information significative.

Lorsque les cellules ciliées sont altérées, une partie des sons ne peut plus être acheminées jusqu'au cerveau : la compréhension de la parole est affectée.

Types de pertes auditives

Il existe différentes catégories de surdités : neurosensorielle, de transmission ou mixte.

Surdité neurosensorielle (ou de perception)

Elle est de loin le cas le plus fréquemment rencontré. Elle a pour origine la dégradation des cellules sensorielles et des fibres nerveuses de l'oreille interne.

Dans 90% des cas, la perte de l'audition est due à l'affaiblissement voire la disparition d'une partie des cellules ciliées, situées dans l'oreille interne. Une fois endommagées, ces cellules ne peuvent plus se reconstituer.

Les causes peuvent être multiples :

- Exposition prolongée et répétée à des milieux bruyants, ou l'usure naturelle des cellules ciliées liées à l'âge (presbycusie).
- Prédispositions génétiques
- Infection de l'oreille interne
- Certains traitements médicaux de type chimiothérapie ou rayons
- Traumatisme crânien

Ce type de perte auditive ne se soigne pas mais peut être corrigé par le port d'aides auditives.



Surdité de transmission

Elle est liée au dysfonctionnement de l'oreille moyenne dont le rôle est de transmettre le message à l'oreille interne. Il s'agit là d'un problème « mécanique » qui peut provenir de différentes sources :

- Accumulation de cérumen
- Présence de liquide dans l'oreille moyenne
- Otospongiose (maladie de l'oreille moyenne qui entraîne une immobilisation de l'étrier)
- Infections de l'oreille moyenne (otite)
- Perforation du tympan

Dans la plupart des cas, la surdité de transmission peut être soignée.

Il est possible d'avoir une **surdité** dite **mixte**, c'est-à-dire à la fois neurosensorielle et de transmission. Dans ces cas, la correction de la perte auditive peut passer par une combinaison de la chirurgie et du port d'aides auditives.

Premiers signes

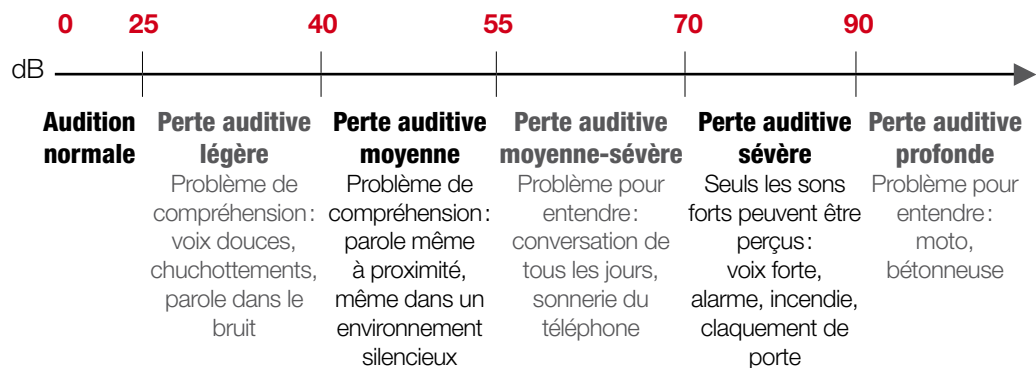
Les sons offrent une multitude d'informations très utiles et permettent de donner de la couleur aux événements que nous vivons. Vous souvenez-vous du ronronnement d'un chat ou du crissement de la neige sous vos pas ?

La perte de l'audition est généralement progressive. Il faut parfois du temps pour s'en rendre compte et l'accepter. C'est souvent par les réactions de l'entourage que l'on prend conscience de son problème d'audition.

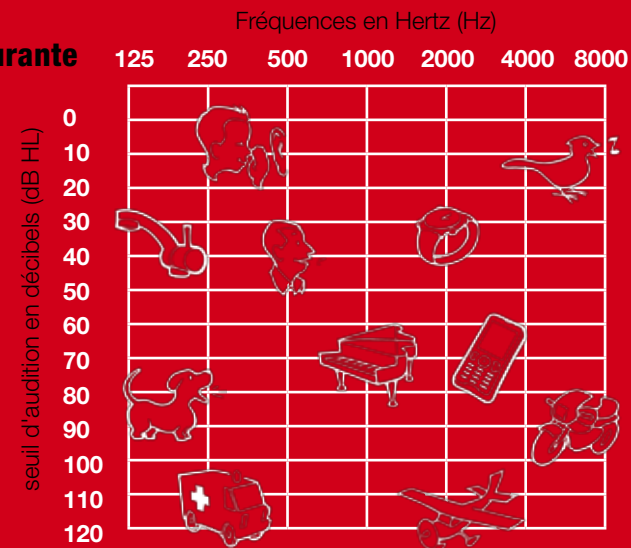
Pouvez-vous entendre...

- Un oiseau dans le jardin ?
- Une voix au téléphone ?
- Le tic tac d'une horloge ?
- Votre voisin qui frappe à votre porte ?
- La pluie d'une chaude soirée d'été ?
- Les petits rires d'un enfant ?
- Le jingle d'un programme TV ?

Degrés de perte auditive



Les bruits de la vie courante





Conséquences de la non prise en charge

Une perte auditive, si elle n'est pas corrigée, peut rapidement vous empêcher de jouir pleinement de votre vie sociale, d'apprécier des manifestations culturelles, ou encore amoindrir votre performance au travail...

Petit à petit, on s'habitue à vivre sans l'un de ses cinq sens. La tentation de rester chez soi l'emporte alors sur l'idée de faire des efforts et de se confronter à une activité sociale, qui devrait être normalement vécue comme un moment de convivialité.

Par ailleurs, vivre avec une perte auditive est éreintant car cela demande une attention accrue à tous les instants.

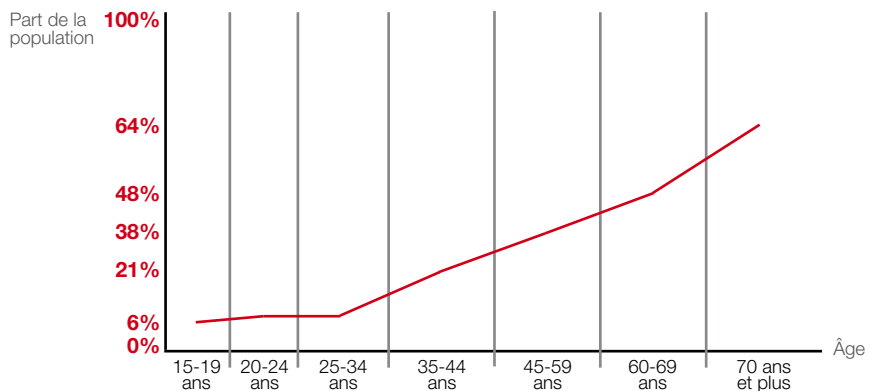
Le test auditif

Y-a-t-il une bonne raison d'attendre ?

La plupart des personnes attendent entre 5 et 7 ans avant de se décider à prendre en charge leur perte auditive. Attendre, c'est prendre le risque que le problème s'aggrave et devienne plus difficile à corriger.

Par ailleurs, les cellules sont de moins en moins stimulées et dégénèrent. Le cerveau s'habitue à être moins sollicité.

Déficiences auditives diagnostiquées parmi les Français ayant fait contrôler leur audition



Source : enquête Baromètre national de l'audition - Ipsos Santé / Association "Journée Nationale de l'Audition" - Présentation - 29 avril 2003

Pourquoi faire un test ?

Porter une aide auditive : plus discret que de faire répéter...

Fini les idées reçues. Il est très loin le temps où les aides auditives étaient imposantes, d'un design disgracieux avec peu de choix dans les couleurs. Rappelez-vous les téléphones portables ou encore les ordinateurs il y a dix ans... De la même manière la technologie en matière d'aides auditives a fortement évolué. Les appareils sont très petits et incroyablement plus performants comparés aux modèles précédents. Beaucoup sont surpris par leurs possibilités en termes de compréhension de la parole dans le bruit et de l'étendue des solutions adaptées aux besoins individuels.

L'aspect miniature et l'esthétique des aides auditives de nouvelle génération les rendent très discrètes. Bien plus discrètes que de demander à son interlocuteur de répéter ou de répondre de manière inadéquate à une question mal comprise.

Avez-vous besoin de passer un test ?

S'il vous est difficile d'entendre les sons décrit p.7 (section *les premiers signes*), il se peut que vous ne profitez pas pleinement de la vie. Un simple test de votre audition pourrait vous aider à déterminer votre perte auditive.

Vous avez l'habitude de faire vérifier votre vue ? Alors pourquoi ne pas faire de même avec votre audition ?

Il est recommandé de faire un test tous les dix ans avant 50 ans, et tous les trois ans après.





Où se renseigner ?

Votre médecin traitant ou votre O.R.L. sont habilités à réaliser un test auditif. S'il s'avère que vous avez une perte auditive, ils vous délivreront une ordonnance indispensable pour l'obtention d'une aide auditive et vous dirigeront vers un audioprothésiste.

L'audioprothésiste peut réitérer les tests de l'O.R.L. et en effectuer des complémentaires pour affiner ses réglages au plus proche de vos besoins.

Qui fait quoi...

O.R.L.

Oto-Rhino-Laryngologiste, médecin spécialisé dans le diagnostic et le traitement des troubles du nez, de la gorge, de l'oreille et de la région face et cou.

Audioprothésiste

Professionnel de la correction des déficiences auditives. Il analyse le type de perte, sélectionne une aide auditive adaptée aux besoins de la personne. Il l'accompagne dans sa période d'adaptation. Il assure un contrôle régulier de l'appareil et de l'audition.



Comment se déroule le test ?

Le test auditif est indolore et relativement rapide.

- 1** Le test se déroule habituellement dans une cabine sonore ou à défaut un espace très calme. Le médecin place des écouteurs sur les oreilles pour faire une audiométrie tonale.
- 2** Le casque est relié à l'audiomètre, appareil qui mesure l'audition avec précision.
- 3** L'audiomètre envoie des sons sur diverses fréquences, à une oreille à la fois.
- 4** Lors de l'écoute des différents sons, la personne testée lève la main ou appuie sur un bouton pour signaler que le bruit a été entendu, quelque soit son intensité. Le médecin recherche les sons les plus faibles audibles, essentiels pour la compréhension de la parole. Un même son peut être entendu à plusieurs reprises. Cela fait partie du test et assure des résultats précis.
- 5** Pendant le test, le médecin trace un graphique appelé audiogramme, pour comparer l'audition de la personne testée à la norme. Les résultats permettent de visualiser la perte auditive. Les valeurs s'expriment en dB HL, sur une bande fréquentielle située entre 125 et 8000 Hz. En dessous de 25 dB de perte, l'audition est considérée comme normale (cf p.6).
- 6** L'évaluation de l'audition peut inclure une audiométrie vocale pour évaluer les problèmes de compréhension de la parole. Le médecin vous fait écouter une liste de mots que vous devez répéter. Lorsqu'une personne souffre de perte auditive, il devient difficile de percevoir des consonnes prononcées à un volume faible ou moyen, et de distinguer deux mots proches phonétiquement, tels que « forte » et « sorte ». Ce n'est donc pas grave si vous ne pouvez pas répéter tous les mots, ce test permet de mieux cerner vos besoins.



Les solutions

La malaudition peut se situer dans les hautes, les moyennes, ou encore les basses fréquences. Les schémas de pertes auditives sont aussi uniques que nos empreintes digitales. Le niveau de confort d'écoute varie énormément d'une personne à l'autre, concernant l'intensité de l'amplification par rapport au type de son.

C'est pourquoi le réglage d'une aide auditive doit être réalisé avec une extrême précision pour répondre à tous les besoins de son porteur.

C'est l'audioprothésiste qui va décider, avec vous, de l'appareil dont vous avez besoin en fonction de son analyse de vos résultats aux tests auditifs et d'un entretien sur votre mode de vie et vos attentes.

Modèles

Il existe plusieurs types d'aides auditives.

Contours d'oreille

Aide auditive adaptée à tout type de pertes.

L'appareil se porte derrière l'oreille. Il est relié par un tube transparent au microphone qui se loge dans votre canal auditif. Il existe de nombreux modèles, de taille et de puissance variables, pour répondre à tous les besoins. Certains sont si petits qu'ils sont quasi invisibles une fois portés.



Intra-auriculaires

Aide auditive adaptée aux pertes légère à sévère, selon la catégorie.

Elle est située dans le canal auditif. Plusieurs modèles existent pour répondre aux différents besoins en termes de puissance et d'algorithmes :

- CIC : complètement insérée dans le canal auditif et non visible de l'extérieur
- ITC : se place à l'entrée du conduit auditif
- ITE : se place dans la conque entière.



CIC



ITC



ITE

Technologie invisible ouverte ou IOT

Aide auditive adaptée pour des pertes auditives légères, moyennes, voire sévères dans certains cas.

La dernière génération en matière d'aides auditives est la technologie invisible ouverte ou IOT, dont le premier modèle est sorti en septembre 2008.

L'appareil s'insère dans le canal auditif et l'écouteur se place dans l'hélix (repli de l'oreille situé au dessus de l'entrée du conduit auditif). Cependant le canal auditif n'est pas bouché. L'IOT évite donc les éventuels désagrèments liés à l'occlusion et offre une discrétion absolue.





Doit-on se faire appareiller une ou deux oreilles ?

L'adaptation binaurale est plus confortable, naturelle et efficace.
Les raisons sont nombreuses pour utiliser une stéréo, au lieu d'une seule aide auditive.

La première, et la plus importante, est que nous avons deux oreilles.
Le cerveau est formaté pour traiter le son en provenance des deux côtés.
Rien d'étonnant, alors, que la balance du volume sonore fonctionne mieux avec deux oreilles qu'avec une seule.

Les tests comparatifs montrent que les personnes portant deux aides auditives distinguent mieux les mots et entendent les sons à une plus grande distance que les personnes ne portant qu'un seul appareil.
Porter une stéréo accroît également la capacité à détecter la provenance des sons.

En outre, l'utilisation d'une seule aide auditive crée un « effet d'ombre » : les sons, provenant de la direction de l'oreille non appareillée, perdent de leur intensité en se propageant tout autour de la tête.

Comment s'habituer ?

Les aides auditives offrent aujourd'hui une technologie de pointe pour répondre à tous les besoins, avec confort et discrétion.

Porter des aides auditives, c'est « ré-apprendre » à entendre. Votre cerveau doit s'habituer à percevoir des sons perdus. Cela peut demander une période d'adaptation.

Il est bien sûr conseillé de commencer à porter son aide auditive dans un environnement calme. Prenez le temps de vous habituer à certains bruits tels que :

- le tic-tac d'une montre,
- une page de journal que l'on tourne,
- le chant d'un oiseau...

Au début, certains sons peuvent vous sembler différents, même votre propre voix. Une fois cette première étape passée, vous êtes prêt pour suivre une conversation avec plusieurs personnes !



Quelques conseils pour s'habituer en douceur...

- 1** Utilisez votre aide auditive tous les jours
- 2** La première semaine, portez votre aide auditive quelques heures dans la journée
- 3** Augmentez graduellement la durée de port
- 4** N'abandonnez pas ! Réapprendre à entendre peut parfois demander du temps et de la patience...



Lorsque vous serez à l'aise avec votre aide auditive, vous serez prêt à affronter toutes les situations, et tous les environnements sonores, même les plus complexes.

Lieux publics, centres commerciaux, églises...

Au départ, ces environnements extrêmement bruyants peuvent être difficiles à supporter. Essayez autant que possible de vous mettre dos à la source sonore du bruit de fond.

Restaurants, bars...

Essayez de vous asseoir le plus près possible de votre interlocuteur, en position face à face.

Regarder la télévision ou écouter la radio...

Asseyez-vous à 2-3 mètres de la télévision et ajustez le volume sonore à un niveau normal pour les autres. Si le volume vous paraît un peu faible, essayez de trouver la bonne distance du téléviseur.

Des études ont montré que porter des aides auditives améliore significativement la vie sociale et émotionnelle, et la communication de son utilisateur.

Selon une étude menée par l'institut Better Hearing auprès de 1500 utilisateurs, **85% d'entre eux sont satisfaits** des bénéfices que leurs procurent leur aide auditive.



Entretien des aides auditives

Votre aide auditive doit être protégée de l'humidité, de la chaleur, du cérumen, des peaux mortes... Comme d'autres accessoires que vous pouvez porter, tels que des lunettes, les aides auditives demandent un entretien régulier.

Quelques conseils

- Toujours garder votre aide auditive propre et sèche. Un entretien régulier vous permettra de maintenir son bon fonctionnement et de prolonger sa durée de vie. Une à deux minutes par jour d'entretien peut vous apporter une réelle différence.
- Débarrassez le boîtier du sébum et de l'humidité en l'essuyant après chaque utilisation avec un chiffon doux ou un mouchoir en papier. Ne jamais utiliser un nettoyant liquide.
- Pensez à bien extraire votre aide auditive avant de prendre une douche, de nager ou de pulvériser de la laque fixante sur vos cheveux...

- Pendant la nuit, il vous est conseillé de ranger votre aide auditive à l'abri de l'humidité, dans son écrin ou dans un boîtier asséchant (disponible chez un audioprothésiste), avec le tiroir pile grand ouvert, la pile de préférence extraite de l'appareil. Par ce processus, l'éventuelle humidité présente dans votre aide auditive s'évaporerait.

- Lorsque vous ne portez pas votre aide auditive, pensez à retirer la pile pour éviter la corrosion des contacts et prolonger la durée de vie de votre pile.



FAQ

L'aide auditive va-t-elle restaurer mon audition ?

Porter une aide auditive améliore votre audition mais ne permet pas de la restaurer complètement. Dans la plupart des pertes auditives situées au niveau de l'oreille interne ou du nerf auditif, les dégâts sont importants. Actuellement, aucun traitement médical n'existe pour palier à cette défaillance.

Combien de temps faut-il pour s'habituer à porter une aide auditive ?

Si vous êtes resté plusieurs années avec une perte auditive non corrigée, vous aurez besoin d'une période d'adaptation pour « entendre à nouveau » certains sons. Cette période varie en fonction des personnes. Il est important de bien suivre les conseils de votre audioprothésiste et de garder à l'esprit qu'il s'agit d'un processus. Au final, une fois passée cette première étape, vous apprécierez la nette amélioration de votre audition, de votre qualité de vie, et même de votre santé.

Utiliser une aide auditive peut-il aggraver ma déficience ?

En aucun cas. Aujourd'hui, les aides auditives sont conçues pour atténuer les sons forts, tout en conservant la compréhension du reste de l'environnement sonore. Votre audioprothésiste effectue les réglages pour qu'ils répondent exactement à vos besoins, sur toutes les fréquences. Votre aide auditive réactive la partie de votre cerveau qui traite l'audition et améliore votre compréhension de la parole, même en milieu bruyant.

Quelle est la durée de vie d'une aide auditive ?

Bien que les estimations varient, il faut compter généralement entre 5 et 7 ans. Certains modèles, comme les contours d'oreille peuvent durer plus longtemps. Pour prolonger la durée de vie de votre appareil, il est important de suivre les consignes d'entretien et les conseils de votre audioprothésiste. Par ailleurs, pendant ce laps de temps, votre audition peut évoluer. Il est recommandé de faire tester son audition tous les ans, et de faire réajuster les réglages de votre appareil si besoin.

Si vous avez une question, un doute ou si vous rencontrez un problème relatif à votre aide auditive, n'hésitez pas à contacter votre audioprothésiste, son objectif étant de vous satisfaire. Il n'est pas utile de s'embarrasser avec des petits soucis qui pourraient être réglés rapidement...

Votre audioprothésiste est là pour vous soutenir, laissez-le vous apporter son expérience, c'est le meilleur moyen de profiter pleinement de votre « nouvelle ouïe » !

Lexique

Acouphènes

Impression auditive correspondant à la perception d'un son. Il s'agit de sensations sonores qui ne sont pas liées à une onde acoustique extérieure mais seulement perçues par le sujet. Le son ressemble à un sifflement ressenti dans le crâne ou dans l'oreille interne, d'un seul côté ou des deux.

Embout

Élément de l'appareil contour introduit dans le conduit auditif, en résine, fait sur mesure. Plus l'embout est long, plus il est obturant.

Directionnalité

Système détectant la provenance du son, utilisé pour améliorer la compréhension de la parole dans le bruit.

Occlusion

Obturation du conduit auditif qui provoque une augmentation des basses fréquences. Le malentendant a l'impression de parler « comme dans un tonneau ».

Open-fitting

Appareillage dit « oreille ouverte » où l'écouteur se situe au niveau de l'aide auditive et est relié à l'oreille par un tube et un dôme. Solution répondant favorablement au sentiment d'occlusion.

Presbycusie

Perte auditive liée au vieillissement des cellules de l'oreille.

Larsen

Rétroaction acoustique entraînant un sifflement de l'aide auditive (boucle du son entre le récepteur et l'écouteur).



ReSound

rediscover hearing

Pour plus de renseignements, vous pouvez consulter les sites

www.rediscoverounds.com/fr

www.audition-infos.org

www.gnresound.fr