

# ACOUPHÈNE DÉFINITION ET TRAITEMENT

## Définition

Les acouphènes sont des troubles auditifs qui se manifestent par la perception de bruits parasites. La personne qui en souffre entend des sons désagréables qui ne proviennent pas de son environnement. Découvrez dans l'article qui suit les caractéristiques de ce trouble.

## Cause

Ce trouble est lié au dysfonctionnement du système nerveux auditif. Il touche 10 à 18% de la population et peut être favorisé par une exposition répétée à des bruits dont le niveau sonore est élevé.

## Symptômes

Les acouphènes peuvent être perçus par une seule oreille ou par les deux oreilles, sachant que la sensation (discontinue ou permanente) est parfois diffuse. Elle peut par exemple être ressentie à l'avant ou à l'arrière de la tête. Pour ces différents raisons, les acouphènes peuvent être plus ou moins invalidants, sachant que les hommes sont davantage touchés que les femmes.

## Deux types d'acouphène

### Acouphènes objectifs

Les acouphènes dits « objectifs » sont minoritaires. Ils sont en général causés par des troubles spécifiques (par exemple les mouvements anormaux des muscles de l'oreille) et peuvent également être perçus par le médecin à la consultation.

### Acouphènes subjectifs

Les acouphènes dits « subjectifs » sont les plus fréquents (environ 95% des cas). Ils sont perçus uniquement par le patient et leur origine est particulièrement difficile à déterminer.

### Symptômes typiques

Les bruits parasites perçus les plus souvent décrits sont des pulsations ou « cliquetis », des tintements, des bourdonnements ou des chuintements ou encore des vrombissements. Ces symptômes s'accompagnent de perte d'audition, d'hyperacousie (diminution du seuil de tolérance aux bruits d'intensité normale) et d'insomnie.

### Traitement

Dans certains cas, les acouphènes sont liés à une maladie (ex : otite, maladie de Paget, syndrome de Ménière) ou la prise de certains médicaments. En agissant sur ces causes, il est possible d'atténuer voire de supprimer le trouble. Dans une majorité de cas, la cause n'est pas clairement identifiée. Le traitement est adapté au cas par cas et repose sur plusieurs techniques thérapeutiques. Notamment la prise de certains (médicaments anti-dépresseurs ou d'anxiolytiques) ; le masquage de l'acouphène grâce à un générateur de bruit blanc, c'est-à-dire un appareil diffusant un souffle comparable au son d'un téléviseur déréglé ; la thérapie acoustique d'habituation (TAH), par le biais de

laquelle le patient apprend à tolérer le bruit parasite ; la thérapie cognitivo-comportementale (techniques de relaxation).

### **Vivre avec des acouphènes**

Allumer la radio en cherchant un bruit blanc (ex : réglage entre deux fréquences) permet de rendre les acouphènes plus supportables, tout comme le fait de mettre en boucle une musique de relaxation, à faible volume ou encore positionner un réveil analogique sur le meuble de chevet, pour distinguer le « tic-tac » de l'aiguille, qui permet de couvrir partiellement l'acouphène.

Pour aller plus loin

Cet article a été téléchargé à partir du lien ci-après :

[http://sante-medecine.journaldesfemmes.com/faq/5810-acouphene-oreilles-qui-sifflent-traitement?een=f1ee69614ab03d637a90346d9863ada4&utm\\_source=greenarrow&utm\\_medium=mail&utm\\_campaign=ml149\\_lurticaireexpl](http://sante-medecine.journaldesfemmes.com/faq/5810-acouphene-oreilles-qui-sifflent-traitement?een=f1ee69614ab03d637a90346d9863ada4&utm_source=greenarrow&utm_medium=mail&utm_campaign=ml149_lurticaireexpl)

L'utilisation de cet article reste sous l'autorisation de son auteur et propriétaire :

<http://sante-medecine.journaldesfemmes.com/faq/5810-acouphene-oreilles-qui-sifflent-traitement>