

ACOUPHÈNES

Qu'est ce que c'est ?

L'acouphène chronique est un bruit subjectif, entendu sans cesse, jour et nuit, " dans l'oreille " ou " dans la tête ", sans aucun stimulus sonore extérieur. Dans 95% des cas, le patient est le seul à " entendre " son acouphène.

Il ne s'agit pas d'une hallucination auditive : des techniques d'imagerie médicale sophistiquées permettent d'" objectiver " l'acouphène. L'acouphène peut être le symptôme d'une pathologie du système auditif, comme l'otospongiose, la maladie de Menière, le neurinome de l'acoustique, etc., ou bien être la séquelle d'un accident traumatique, fracture du rocher notamment. Il peut aussi se manifester en cas d'hypercholestérolémie, d'hypertension, d'hyperthyroïdie, de malocclusion dentaire, etc.

Il survient fréquemment après un traumatisme sonore ou barométrique, ou un choc émotionnel. La plupart du temps, l'étiologie de l'acouphène n'est pas clairement identifiée.

Et l'hyperacousie?

Le terme " hyperacousie " désigne une intolérance aux bruits, même les plus banals. L'hyperacousie est souvent la séquelle d'un traumatisme acoustique et accompagne l'acouphène dans 40% des cas.

L'hyperacousie est un symptôme rapidement invalidant, avec pour conséquence le repli sur soi, l'arrêt professionnel, le port de protections auditives. L'oreille a perdu de sa dynamique de fonctionnement et le seuil d'inconfort et de douleur se rapproche du seuil d'audition. Les définitions diffèrent, incluant misophonie, recrutement, distorsion, phonophobie ... 76 à 86% des personnes hyperacousiques ont également des acouphènes.

Qui souffre d'acouphènes ?

Si les patients dans la deuxième moitié de vie sont préférentiellement touchés, on constate néanmoins une augmentation significative du nombre de jeunes adultes (phénomène vraisemblablement dû à une exposition croissante de cette population aux bruits intenses : baladeurs, concerts techno, rave parties, discothèques, motos, etc.). Tous les milieux sociaux sont concernés, et maintenant toutes les tranches d'âge.

Combien de personnes sont atteintes ?

De 10 à 17% de la population. 1,6 million de Français qualifient leur acouphène d'" agressif ", et 300.000 d'" intolérable ". Le vécu de l'acouphène et de l'hyperacousie va ainsi de la gêne occasionnelle et légère jusqu'à l'entrave profonde de toute vie psychosociale. Dans les cas les plus graves, ces deux pathologies peuvent conduire à la rupture des liens sociaux, voire au suicide...

S'informer, c'est se soigner !

Cette déprogrammation repose en premier lieu sur l'étendue et la pertinence des informations dont vous pouvez disposer. Les premières consultations auprès de l'ORL ou du généraliste sont à cet égard déterminantes. Si elles sont correctement menées, elles aboutissent rapidement à la neutralisation de la composante émotionnelle négative de l'acouphène.

La revue de France Acouphènes, par la richesse de son information, est un outil essentiel de cette étape thérapeutique.

Notre forum est un lieu foisonnant de vie, de rencontres et de partages (70 messages par jour en moyenne, qui en font l'un des plus fréquentés des forums francophones de santé !). Vous pourrez y échanger conseils et informations.

Si la dimension psychique du symptôme rend inefficace son traitement par les seuls médicaments, le lien associatif est en revanche une aide puissante contre l'acouphène.

S'informer sur ce que sont réellement les acouphènes, ne pas rester isolé, s'enrichir de l'expérience des autres, c'est faire un grand pas vers un réel mieux-être