Les oreilles des jeunes mises à mal… que faire ?

Journée de l'audition

JOURNEE DE L'AUDITION - Concerts, écouteurs, surexposition au bruit… les oreilles des jeunes sont mises à rude épreuve. Quels symptômes devraient leur mettre la puce à l'oreille pour consulter un médecin ORL ou p u, médecin adjo

Cette année, le thème de la journée de l'audition est « 2020-2030 : quel avenir pour l'oreille des jeunes ? ». Pourquoi cibler les jeunes en particulier ?

Cette tranche d'âge est plus exposée au bruit par l'écoute de la musique –

souvent trop forte et sur une longue durée – avec des écouteurs ou en discothèque. Il y a donc un risque plus élevé de présenter une surdité précoce de par le stress acoustique provoqué sur les cellules sensorielles de l'oreille. C'est d'autant plus grave que ces désordres auditifs sont souvent diagnostiqués tardivement.

Quels problèmes d'audition les jeunes peuvent-ils rencontrer ?

Ils peuvent souffrir d'acouphènes – ou sifflements – qui peuvent être invalidants, voire handicapants. Le conduit auditif externe peut aussi être endommagé, ce qui provoque des irritations répétées pouvant aller jusqu'à des infections (otites externes), souvent en rapport avec l'utilisation d'écouteurs intra-auriculaires.

Cette situation ne paraît pas récente ?

Ces phénomènes sont pourtant plus importants que dans les années 80 et 90. En effet, des études ont montré que les pertes auditives chez les adolescents sont supérieures de 30% à ce qu'elles étaient avant les années 2000. Cela a un rapport avec les tablettes et les portables qui diffusent de la musique de manière sophistiquée, sans oublier les concerts en milieu fermé et les discothèques.

Pour être plus précis, l'appellation « 2020-2030 » est plutôt liée à une nouvelle vision stratégique de la santé auditive, axée sur trois axes : informer – sensibiliser et prévenir.

En quoi consiste cette stratégie ?

Elle constitue le lancement d'une nouvelle décennie remplie d'espoir quant à la connaissance de la place de l'audition au sein de la politique de santé publique. Ceci afin d'augmenter la prise de conscience, les campagnes de prévention et de sensibilisation mais aussi la prise en charge des désordres auditifs.

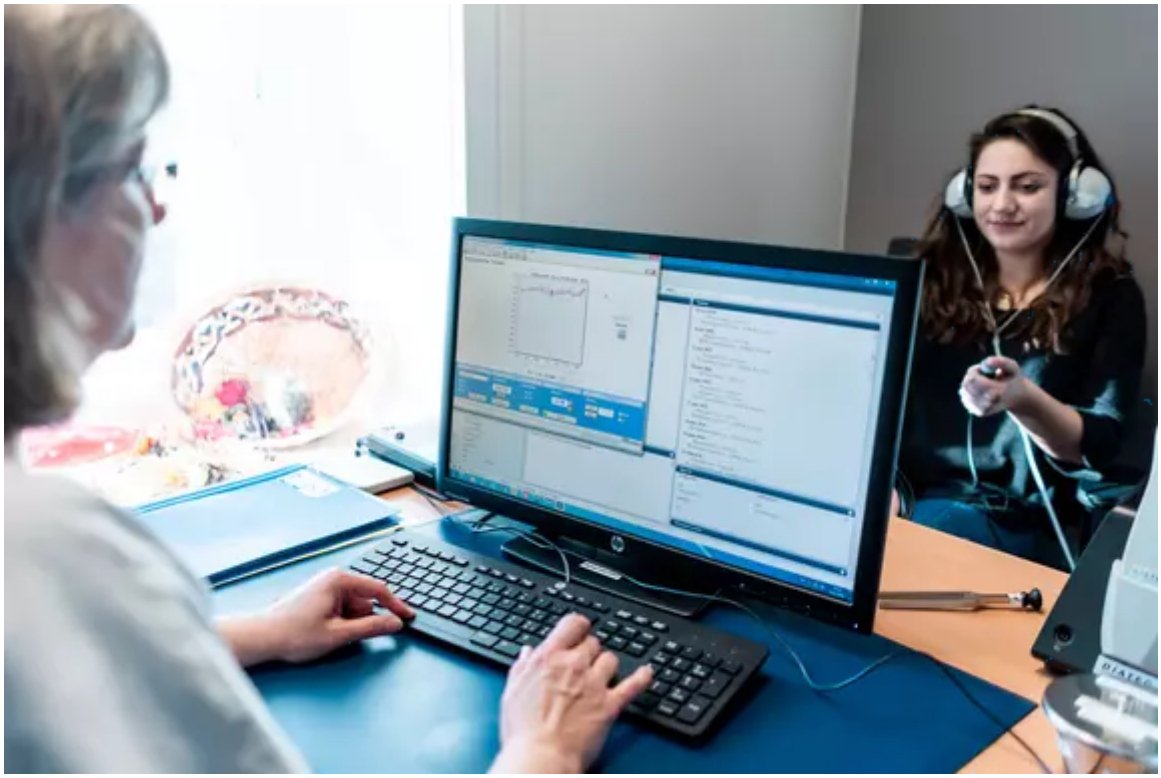
Quels conseils donner à nos jeunes pour préserver leur ouïe ?

Dès qu'apparaissent des difficultés à suivre une conversation normale (troubles de la compréhension), en cas de survenue brutale d'une surdité, en cas d'acouphène ou d'hyperacousie douloureuse (audition douloureuse ou hyper sensibilité au son), douleurs dans l'oreille, sensation d'oreille pleine qui persiste, il faut consulter son médecin.

Pour réduire les risques, je recommande de limiter le temps d’écoute de la musique (faire des pauses régulières d’environ 10 à 15 minutes toutes les 45 à 60 minutes), de régler le volume au maximum à 2/3 de la capacité des écouteurs, de remplacer les écouteurs intra-auriculaires par des casques, de porter des protections lors de concerts ou spectacles en milieu fermé et de faire un test de dépistage.

Quels tests la Clinique ORL de l’HFR propose-t-elle ?

Notre clinique est équipée de deux cabines de dernière génération pour procéder aux tests auditifs les plus sophistiqués. Les tests dédiés aux jeunes sont l’audiométrie tonale pour déterminer le niveau d’audition mais aussi l’audiométrie vocale qui teste la compréhension des mots et l’audiométrie supraliminaire pour la recherche d’acouphènes et du seuil d’inconfort.



Image

Katelijne Dick
Étiquettes
ORL