

L'oreille, un sens précieux trop souvent négligé

Par [Anne Prigent](http://plus.lefigaro.fr/page/anne-prigent-0) | Mis à jour le 01/ 9/2 17 à 13:16



Le principal accélérateur de vieillissement de l'oreille est bel et bien le niveau sonore auquel elle est exposée *blackday/blackday - stock.adobe.com*

Nous ne protégeons pas toujours suffisamment nos oreilles du bruit qui nous entoure. Notre ouïe peut alors être fragilisée et vieillir prématurément.

[A](http://sante.lefigaro.fr/sante/symptome/bourdonnements-doreille/quest-ce-que-cest) (<http://sante.lefigaro.fr/sante/symptome/bourdonnements-doreille/quest-ce-que-cest>) [coughènes](http://sante.lefigaro.fr/sante/symptome/bourdonnements-doreille/quest-ce-que-cest) (<http://sante.lefigaro.fr/sante/symptome/bourdonnements-doreille/quest-ce-que-cest>), [presbyacousie](http://sante.lefigaro.fr/sante/maladie/presbyacousie/quest-ce-que-cest), (<http://sante.lefigaro.fr/sante/maladie/presbyacousie/quest-ce-que-cest>) hyperacousie... Pas moins de dix millions de Français se plaignent de problèmes d'audition. Une gêne qui, pour plus de la moitié d'entre eux, a des répercussions sur la vie quotidienne, comme le rappelait l'enquête Handicap-santé publiée en 2008. Au total, plus de 8 % de la population française est concernée! Une population plutôt âgée car la plupart des problèmes d'audition surviennent après 50 ans. Comme tous nos organes, [l'oreille](http://sante.lefigaro.fr/sante/organe/oreilles/quest-ce-que-cest) (<http://sante.lefigaro.fr/sante/organe/oreilles/quest-ce-que-cest>) vieillit. Mais notre monde moderne la malmène et la fait vieillir prématurément. Le coupable? Le bruit. «Il altère notre capital auditif. Un peu comme le soleil attaque notre capital soleil», explique le Pr Jean-Luc Puel, président de la Journée nationale de l'audition et à la tête de l'équipe Inserm «Surdités, acouphènes et thérapies» de Montpellier.

LIRE AUSSI - Ces acouphènes qui gâchent la vie (<http://sante.lefigaro.fr/article/ces-acouphenes-qui-gachent-la-vie>)

Comment fonctionne notre ouïe

Pour comprendre comment notre ouïe s'altère, il faut d'abord en comprendre le fonctionnement. Les sons existent dans notre environnement, sous forme de vibrations dans l'air. Ce signal sonore, capté par le pavillon de l'oreille, est acheminé par le conduit auditif jusqu'au tympan, membrane très fine qui réagit comme la peau d'un tambour et vibre sous l'effet de l'onde sonore pour la transmettre à la chaîne ossiculaire (composée des osselets: marteau, enclume et étrier). Tympan et osselets constituent l'oreille moyenne et vont permettre de faire passer les vibrations aériennes vers les liquides de la cochlée, une structure osseuse en forme d'escargot qui constitue l'oreille interne. Le déplacement des fluides de la cochlée, provoqué par les vibrations, met en mouvement les cellules ciliées qui envoient alors des signaux nerveux au nerf auditif. Ce dernier transmet ces signaux au cerveau, lequel les interprète comme des sons. Il aura fallu quelques millisecondes au signal sonore pour parcourir tout ce chemin. «La cochlée est particulièrement exposée. Les cellules ciliées sont en effet en nombre relativement limité et ne se régénèrent pas. Chacune d'entre elles code une fréquence. Les fréquences les plus aiguës se situent dans la partie basse et du côté extérieur. C'est pourquoi il y a une plus grande fragilité pour les fréquences aiguës», explique le Dr Didier Bouccara, ORL à l'hôpital de La Pitié-Salpêtrière, à Paris.

Un décibel perdu par an

Dans la presbyacousie, les fréquences aiguës sont ainsi celles qui disparaissent en premier. Un phénomène qui débute bien avant l'âge de 30 ans. Ce qui explique pourquoi, aujourd'hui, les adolescents munissent leur téléphone d'une sonnerie haute fréquence, inaudible des adultes. Ironie du sort, cet appareil sonore avait été initialement inventé pour faire fuir les jeunes... «A partir de 20-25 ans, nous perdons environ 1 décibel par an», précise le Pr Bruno Frachet, ORL à l'hôpital Rothschild, à Paris. Cette perte des fréquences aiguës n'a cependant pas de conséquence immédiate sur l'audition, les premiers signes gênants surviendront des années plus tard, autour de 50-55 ans.

Et encore pas pour tous car, contrairement à la presbytie qui touche tout le monde à partir de 45 ans, la presbyacousie va dépendre de multiples facteurs individuels. Si certaines personnes sont gênées tôt, d'autres entendent toujours parfaitement à 80 ans. Ces variabilités individuelles sont liées à des facteurs génétiques mais aussi environnementaux. Il y a quelques années, il a été démontré que l'audition des personnes âgées d'une tribu soudanaise était aussi performante que celles des jeunes adultes ! «Certains médicaments sont ototoxiques. C'est le cas des antibiotiques de la classe des aminosides, des sels de platine utilisés en chimiothérapie ou encore de l'aspirine à forte dose», souligne le Dr Bouccara. Les maladies métaboliques comme le diabète, l'hypertension ou encore l'athérosclérose favorisent également la presbyacousie.

Système auditif en danger au delà de 80 décibels

Mais le principal accélérateur de vieillissement de l'oreille est bel et bien le niveau sonore auquel elle est exposée. Au-delà de 80 décibels le système auditif est en danger. Les matériels de jardinage, de bricolage, mais aussi le MP3, les discothèques... atteignent des intensités de 95 à 105 dB. Certaines professions sont particulièrement impactées. «Les musiciens d'orchestre symphonique sont exposés plus de vingt heures par semaine à des niveaux compris entre 80 et 90 dB. Pour ceux des groupes pop et rock, les niveaux d'exposition sont voisins de 100 dB en salles mais peuvent excéder 115 dB», illustre le Pr Patrice Tran Ba Huy, ORL à l'hôpital Lariboisière, à Paris et membre de l'Académie de médecine. Mais le risque n'est pas uniquement professionnel: plus de la moitié des jeunes entre 16 et 34 ans a déjà ressenti des sifflements ou des bourdonnements dans les oreilles suite à des expositions sonores élevées. «Il ne faut jamais hésiter à consulter lorsque la gêne persiste au-delà d'une journée. Souvent ils tardent trop, comme ce jeune garçon venu en consultation après plusieurs semaines de sifflements car il n'arrivait plus à se concentrer», met en garde le Dr Bouccara. La gêne qui suit l'exposition au bruit ne signe pas pour autant une dégradation de l'ouïe. «Il existe une susceptibilité individuelle liée à la génétique. Mais elle n'est pas encore repérable chez l'homme», nuance le Pr Frachet.

Audiogramme pathologique pour 10% des moins de 25 ans

Le constat est cependant alarmant: 10 % des jeunes de moins de 25 ans présentent déjà un audiogramme pathologique, selon une étude réalisée par l'Anses. C'est pourquoi les spécialistes recommandent à tous de se protéger les oreilles lors de concerts ou toute autre exposition à des niveaux sonores élevés. Ce qui arrive trop fréquemment puisque, aujourd'hui, neuf Français sur dix affirment être exposés à un bruit qu'ils jugent excessif, selon les résultats d'un sondage Ifop pour la Journée nationale de l'audition en mars 2016.

Paradoxalement, alors que les Français sont conscients des conséquences néfastes du bruit sur leur santé auditive (45 % estiment qu'il fait courir un risque de surdité définitive et 42 % qu'il crée des acouphènes), ils tardent encore à consulter. «Alors que la presbycusie débute vers la soixantaine, le premier dépistage est effectué en moyenne vers 67 ans et le premier appareillage vers 72 ans. Pourtant il existe une relation très nette entre perte de l'audition et déclin cognitif. Si votre cerveau passe du temps à essayer de comprendre ceux qui l'entourent, cela lui laisse moins de temps et de moyens pour créer des actions intellectuelles», insiste le Pr Frachet.

Premiers signes d'une presbycusie?

Les difficultés à bien entendre dans un environnement bruyant. L'audiogramme peut cependant se révéler normal. «Cette difficulté d'audition en présence de bruit est sans doute liée à une altération des neurones auditifs et donc à un trouble de la transmission nerveuse. Les cellules sensorielles sont alors normales mais déconnectées», détaille le Pr Puel, dont l'équipe élabore un test pour diagnostiquer cette perte neuronale. En attendant, si vous ne comprenez plus ce que vous dit votre voisin au restaurant, si vous augmentez en permanence le son de la télé, vous pouvez toujours faire le test «Hein?» (0892 790 791 ; 0,34 euro la minute ; 4 minutes ; Francepresbycusie.org). Ce test fiable permet un dépistage des troubles de la compréhension de la parole dans le bruit.

VIDÉO: Comment protéger son audition?

L'audition, guide complet, ouvrage collaboratif des JNA, Ed. J. Lyon, 22 €.

Le Guide de l'audition, Pr Bruno Frachet et Emilie Vormès, Ed. Odile Jacob, 25,90 €.



Anne Prigent

(<http://plus.lefigaro.fr/page/anne-prigent-0>)

Ses derniers articles

[Pas de pilule miracle pour guérir de l'addiction à l'alcool](http://sante.lefigaro.fr/article/pas-de-pilule-miracle-pour-guerir-de-l-addiction-a-l-alcool/) (<http://sante.lefigaro.fr/article/pas-de-pilule-miracle-pour-guerir-de-l-addiction-a-l-alcool/>)

[Le syndrome de Diogène, mode de vie ou pathologie ?](http://sante.lefigaro.fr/article/le-syndrome-de-diogene-mode-de-vie-ou-pathologie-/) (<http://sante.lefigaro.fr/article/le-syndrome-de-diogene-mode-de-vie-ou-pathologie-/>)

[Pourquoi se débarrasser des poux est un casse-tête](http://sante.lefigaro.fr/article/pourquoi-se-debarrasser-des-poux-est-un-casse-tete/) (<http://sante.lefigaro.fr/article/pourquoi-se-debarrasser-des-poux-est-un-casse-tete/>)