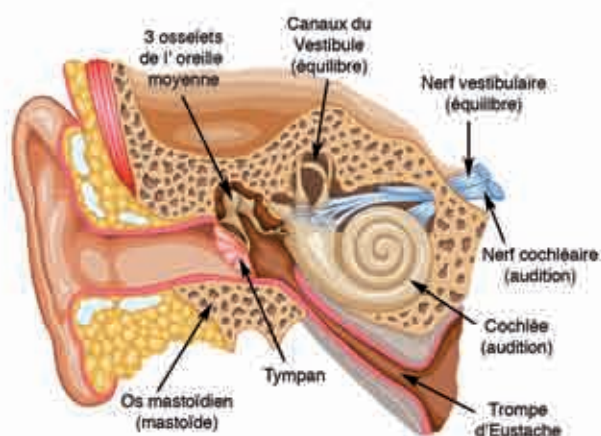


## D'autres personnes peuvent-elles également entendre mes acouphènes ?

Non en règle générale, sauf lorsqu'il s'agit de certains types particuliers et rares d'acouphènes appelés «acouphènes objectifs».

Ceux-ci sont causés par des anomalies de vaisseaux dans la région de l'oreille ou par des contractures ou spasmes musculaires se traduisant par des craquements, des cliquetis ou des claquements perçus dans l'oreille et clairement entendus par l'entourage.

La très grande majorité des acouphènes est représentée par les «acouphènes subjectifs» c'est-à-dire seulement perçus par le patient.



Anatomie de l'oreille

## Les enfants peuvent-ils également souffrir d'acouphènes ?

Oui, les enfants peuvent également présenter des acouphènes mais cela est peu fréquent. Comme à tout âge, les enfants qui sont exposés à des intensités sonores élevées ont un plus grand risque de présenter des acouphènes liés à des des lésions possibles de l'oreille. Le port de protection auditive doit toujours être la règle lors de situations à risque tels que certains concerts de musique, courses de voitures sur circuit etc...

## Quelques moyens pour tenter d'atténuer l'importance des acouphènes

- Eviter de s'exposer à des intensités sonores élevées.
- Contrôler la tension artérielle.
- Eviter les excitants tels que café, thé, coca cola, alcool et tabac.
- Pratiquer un exercice physique quotidien.
- Penser à prendre du repos et à éviter toute fatigue inutile.
- Essayer de ne pas s'inquiéter face aux acouphènes. Tenter de percevoir ce bruit comme un simple ennui et apprendre à l'ignorer le plus souvent possible.

## Qu'est-ce que l'Otologie et la Neuro-Otologie ?

L'Otologie est l'étude de l'oreille et de ses maladies: surdité, vertiges, troubles de l'équilibre et acouphènes. Il s'agit d'une hyperspécialisation de l'ORL.

La Neuro-Otologie est une partie de l'Otologie qui traite plus précisément de l'oreille interne en relation avec les voies nerveuses associées et de ses pathologies (neurinome, méningiome, spasme de l'hémiface etc..).

## La Clinique du Dr Causse

La clinique Causse est spécialisée dans le diagnostic et le traitement des affections de la tête et du cou, plus particulièrement en Otologie où elle a acquis une renommée internationale. La clinique traite les pathologies dans les domaines de l'Otologie, la Neuro-Otologie, l'ORL, l'Ophtalmologie, l'Orthopédie et la Chirurgie Plastique.

Du fait de sa spécialisation dans ses différentes activités, la clinique Causse a un important recrutement extra-régional. En effet, 60% des patients hospitalisés viennent d'autres régions, pourcentage qui passe à 78% ramené à l'échelle du département.



© 2010. Clinique Causse  
Traverse de Béziers, 34440 Colombiers  
rdv@clinique-causse.com  
Pour plus d'informations visitez notre site internet : [www.clinique-causse.com](http://www.clinique-causse.com)  
10/02Oto



## Causes et traitements des acouphènes

- Quelles sont les causes des acouphènes ?
- Comment traite t'on les acouphènes ?
- Quelles sont les solutions pour mieux les tolérer ?
- et davantage...



Clinique du Dr Causse  
Département d'Otologie  
Traverse de Béziers  
34440 Colombiers  
[www.clinique-causse.com](http://www.clinique-causse.com)





# Acouphènes

## Environ 2 à 3 millions de personnes en France souffriraient

d'acouphènes. Il peut s'agir de sons seulement intermittents ou permanents dans une oreille ou les deux, pouvant aller du bourdonnement grave au sifflement très aigu.

Avant tout traitement, il est indispensable de consulter un médecin otologiste afin d'effectuer un examen et un bilan complet.

Une partie importante du traitement repose sur une bonne compréhension de ses acouphènes et de leurs causes possibles.

## Quelles sont les causes possibles des acouphènes ?

La plupart des acouphènes proviennent d'une atteinte des terminaisons nerveuses au niveau de l'oreille interne. L'intégrité de ces terminaisons nerveuses est nécessaire à une audition parfaite, et en cas de lésions de celles-ci, surdité et souvent acouphènes peuvent apparaître.

Avec l'âge on note une diminution très progressive de l'audition (presbycusie), parfois accompagnée de l'apparition d'acouphènes. Chez les personnes jeunes, l'exposition à des intensités sonores élevées provoque des lésions irréversibles de l'oreille interne et représente probablement la première cause de surdité et d'acouphènes dans cette population.

Il existe de nombreuses causes d'acouphènes dits «subjectifs» c'est-à-dire seulement perçus par le patient et non par l'entourage. Certaines d'entre elles sont bénignes (un simple bouchon de cérumen bloqué dans le conduit auditif externe peut créer un acouphène transitoire). L'acouphène peut également être l'un des symptômes d'un blocage des osselets de l'oreille moyenne (otospongiose).

Les acouphènes peuvent également être en relation avec divers problèmes: allergie, hyper ou hypotension artérielle (problèmes circulatoires), traumatisme crânien, cervical ou de l'oreille. Il existe de nombreuses autres causes notamment médicamenteuses.

Le traitement dépendra de chaque type et cause d'acouphène. Dans tous les cas, il est indispensable de consulter un médecin otologiste afin d'effectuer un bilan complet de départ et de déterminer le traitement le plus approprié.

## Quels sont les traitements des acouphènes ?

Dans la plupart des cas il n'y a pas de traitement spécifique de l'acouphène. Si votre médecin otologiste découvre une cause précise de vos acouphènes il sera peut-être possible de les faire disparaître. Si vos acouphènes sont en relation avec une maladie sous-jacente, le traitement de cette maladie peut être efficace sur les acouphènes.

Au-delà du bilan d'audition et parfois de vertiges, des investigations plus poussées peuvent s'avérer nécessaires (bilan biologique, scanner ou IRM). Toutefois, la plupart du temps aucune cause précise ne pourra être identifiée. Dans certains cas, un traitement médicamenteux pourra diminuer l'intensité des acouphènes.

## Quelles sont les autres options possibles de traitement ?

- Traitements alternatifs. Il en existe de nombreux.
- Port d'une aide auditive (en cas de surdité associée).
- Thérapie cognitive.
- Thérapie médicamenteuse.
- Port de masqueurs d'acouphènes.
- Traitements dentaires, articulation temporo-mandibulaire.

## Qu'est-ce qui pourrait m'aider à mieux les supporter ?

Des exercices de concentration et de relaxation peuvent aider à mieux contrôler des groupes musculaires et votre circulation corporelle. L'amélioration de la relaxation et de la circulation apportée par ces exercices peuvent diminuer l'intensité de vos acouphènes.

La masquage de vos acouphènes par un son extérieur d'intensité faible et constante, à l'aide d'un poste de radio sur une fréquence non utilisée (bruit blanc) par exemple peut le rendre moins présent. L'acouphène est en général plus gênant en atmosphère calme. Les appareils générateurs de bruits blancs peuvent être retrouvés sur catalogue et magasins spécialisés.

Les prothèses auditives peuvent également réduire l'intensité des acouphènes pendant le temps où elles sont portées, et parfois les acouphènes sont susceptibles de disparaître transitoirement même après que la prothèse ait été retirée. La coexistence d'une surdité même partielle est nécessaire pour le port d'une prothèse. Toutefois si le but principal attendu est l'amélioration des acouphènes il est indispensable d'effectuer un essai avant toute décision définitive.

Les masqueurs d'acouphènes peuvent parfois être couplés avec une prothèse auditive. Ils émettent un son qui va masquer l'acouphène mais qui est plus facile à tolérer et permet «d'oublier» votre acouphène pendant quelque temps. Certains patients ont également décrit la disparition de l'acouphène pendant quelques heures même après l'utilisation des masqueurs mais cela n'est pas vrai pour tout le monde.