



LE CHEMIN
VERS UNE
MEILLEURE
AUDITION



L'audition est notre mission™

car
Mieux Entendre
c'est
Mieux Vivre



MIEUX ENTENDRE
MIEUX VIVRE

BIENVENUE

DANS LES PAGES PRATIQUES

SOMMAIRE

L'OUÏE.....	page 3
LE DÉBUT DE VOTRE VOYAGE.....	page 4
QUELQUE CHIFFRES CLÉS.....	page 6
COMMENT ENTENDONS-NOUS ?.....	page 7
L'AUDITION STÉRÉOPHONIQUE.....	page 8
COMPRENDRE SA PERTE AUDITIVE.....	page 10
LA VISITE CHEZ UN SPÉCIALISTE.....	page 16
LES SOLUTIONS AUDITIVES.....	page 18
EXERCICES - 1 ^{ère} semaine.....	page 28
EXERCICES - 2 ^{ème} semaine.....	page 30
EXERCICES - 3 ^{ème} semaine.....	page 32
LA FIN DE VOTRE VOYAGE.....	page 34

INFORMATIONS PATIENT

Nom _____

Date d'appareillage _____

Nom du spécialiste de l'audition _____

Centre _____

Modèle d'aide auditive _____ Marque _____

N° de série droit _____ N° de série gauche _____

Type de pile _____

MERCI DE LA CONFIANCE QUE VOUS NOUS ACCORDEZ
POUR TROUVER DES SOLUTIONS À VOTRE GÊNE AUDITIVE.

L'OUÏE EST UN DES SENS LES PLUS REMARQUABLES DU CORPS HUMAIN

L'ouïe communique en permanence avec le cerveau pour interagir avec notre environnement sonore. Ce sens nous permet de capter et d'interpréter instantanément les informations de notre environnement. Pour pallier les déficits sensoriels, l'homme doit déployer des trésors d'ingéniosité là où la nature a mis des millénaires à parfaire nos sens, d'une formidable complexité, pour nous permettre, sans effort de nous connecter au monde qui nous entoure. Si l'un de ces composants ne fonctionne pas correctement, il en résulte une perte auditive.

C'est le cas pour les 7 millions de malentendants en France. Si vous faites partie de ces personnes qui vivent avec une perte auditive, ou si vous connaissez quelqu'un dans votre entourage qui a besoin d'aide, alors cette brochure vous est dédiée.

Vous y trouverez des informations utiles sur la perte auditive, sur l'évolution technologique des aides auditives et la prévention afin de ne pas détériorer votre audition et votre bien-être au quotidien.

Notre objectif est de vous aider à franchir le plus facilement et le plus rapidement possible le passage de votre ancienne à votre nouvelle façon d'entendre.

Si vous avez la moindre question au cours de la période de réapprentissage d'une nouvelle audition, n'hésitez pas à vous rapprocher de votre audioprothésiste ou rendez-vous sur **starkey.fr**.



LES VOYAGES

LES PLUS ENRICHISSANTS

COMMENCENT PAR UN OBJECTIF

Comme la plupart des voyages, celui que vous allez entreprendre pour retrouver une meilleure audition doit commencer avec un objectif. Dans ce cas, le but est d'agir enfin pour traiter votre perte auditive et de cesser la laisser impacter votre qualité de vie, vos relations familiales et même votre situation financière.

Il n'est pas rare d'ignorer ou de dissimuler sa perte auditive aussi longtemps que possible. Les raisons pour retarder le port d'une solution auditive sont aussi variées que les personnes qui vivent avec leur perte auditive :

- Généralement progressive — l'installation de la perte auditive peut être facilement ignorée voire passer inaperçue.
- La perte auditive n'est pas toujours reconnue en tant que telle — *"J'entends bien, ce sont les autres qui marmonnent et qui n'articulent pas suffisamment"*.
- La perte auditive est minimisée — *"Mon audition va guérir avec le temps."*
- La perte auditive est relativement facile à contourner — *"Je ne comprends pas correctement. Il me suffit simplement d'augmenter le volume de la TV ou d'éviter les endroits bruyants."*
- La perte auditive est redoutée en tant que stigmaté ; les malentendants craignent que les aides auditives ne se voient — *"Ma perte auditive n'est pas assez importante pour que je sois obligé(e) de porter des aides auditives."*

Une fois que vous avez admis que vous vivez avec une perte auditive, le voyage pour retrouver une meilleure audition peut commencer. Entamons-le ensemble.

A NOTER

En moyenne, les gens attendent 7 ans avant d'entreprendre de se faire appareiller.



Conséquences d'une perte auditive non traitée

La plupart des personnes qui découvrent leur déficit auditif le nient car il leur est difficile d'accepter d'avoir perdu tout ou partie des informations de leur environnement. Soucieuses de ne pas exposer cette déficience, qui est souvent mal acceptée par leur entourage, elles aggravent cette situation et cherchent à la dissimuler, comportement le plus souvent vain et illusoire. Cependant, votre perte auditive peut vous impacter de plusieurs façons :

- **Frustration** — Quand votre entourage doit constamment répéter.
- **Malentendu** — Votre éloignement d'avec votre famille et vos amis peut être interprété comme de l'impolitesse voire du désintérêt.
- **Inquiétude** — Si vous n'entendez pas le son d'un détecteur de fumée, d'une alarme ou d'une sirène.
- **Confusion** — Quand vous ne répondez pas correctement, ne répondez pas du tout ou relayez une information erronée.

COMMENÇONS PAR QUELQUES CHIFFRES



Sur les 360 millions de malentendants dans le monde, soit **1 personne sur 5** vivant avec une déficience auditive, 80 % ne font rien pour la corriger.

Près de **50 % des adultes** âgés de 75 ans et plus présentent une déficience auditive.

La perte auditive est la **troisième pathologie** chronique la plus répandue chez les seniors, après l'hypertension et l'arthrite.

La déficience auditive est plus courante chez les **hommes** que chez les femmes.

Près de **2,5 millions de français** âgés de 20 à 69 ans vivent avec une perte auditive dans les hautes fréquences, liée soit à une exposition au bruit sur leur lieu de travail ou soit pendant leurs loisirs.

90 % des personnes sujettes aux acouphènes présentent une perte auditive.

Si vous vivez avec une perte auditive, vous n'êtes pas le seul. Selon l'Organisation mondiale de la santé, environ 360 millions de personnes dans le monde vivent avec une surdité incapacitante.

(NIDCD, 2013; Li-Korotky, 2012; ATA, 2013; WHO, 2013)
(Etude Eurotrack 2015)

Comment entendons-nous ?

Les sons de notre environnement sonore sont le résultat d'une remarquable séquence d'événements.

L'oreille externe

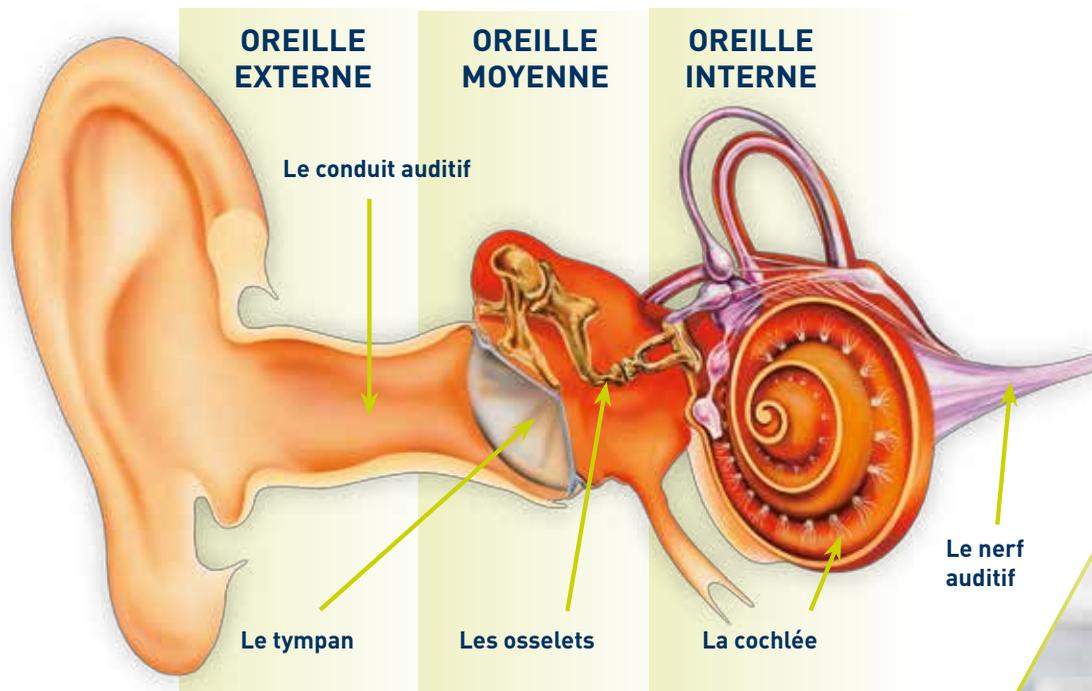
Les vibrations sonores sont collectées par le pavillon de l'oreille et sont canalisées jusqu'au tympan par le conduit auditif externe.

L'oreille moyenne

Les ondes sonores mettent en vibration le tympan. Les osselets de l'oreille moyenne (le marteau, l'enclume, l'étrier) transmettent et amplifient les vibrations à la fenêtre ovale, partie de l'oreille interne.

L'oreille interne

Le liquide dans l'oreille interne stimule des cellules nerveuses appelées les cellules ciliées. Les impulsions électriques provenant des cellules ciliées parviennent au cerveau par l'intermédiaire du nerf auditif.



TOUT SIMPLEMENT

MIEUX PAR DEUX



Les personnes appareillées des deux oreilles connaissent bien les bénéfices de l'audition stéréophonique. Pour vous aider à mieux comprendre pourquoi, voici **10 raisons** pour lesquelles entendre avec **DEUX oreilles** donne de meilleurs résultats qu'avec **UNE seule**.

1 UNE OREILLE VAUT MOINS QUE LA MOITIÉ DE DEUX

Une oreille travaillant effectivement moins que l'autre peut avoir un impact significatif sur votre activité quotidienne. Entendre avec une seule oreille, c'est comme essayer de voir avec un seul œil. C'est tout à fait possible mais guère efficace (il manque une grande partie du champ de vision).

2 AMÉLIORER LA LOCALISATION

L'audition stéréophonique améliore notre capacité à localiser l'origine d'un son.

3 UNE "IMAGE SONORE" PLUS NETTE

La compréhension de la parole se fait dans le cerveau. Celui-ci analyse les signaux sonores provenant des deux oreilles. Notre "décodeur" naturel associe ces signaux en un seul afin de bâtir un "paysage sonore" complet.

4 UN ÉQUILIBRE IMPORTANT

Pour profiter d'une perception équilibrée des sons, les deux oreilles doivent fonctionner de façon égale. Sans cette égalité, notre cerveau reçoit une information incomplète.

Les deux oreilles fonctionnent naturellement ensemble afin de nous permettre de localiser et d'isoler des sons spécifiques. Pour permettre une audition équilibrée, la perception des sons doit se faire telle que la nature nous a faits à l'origine : avec les deux oreilles.

5 RÉDUCTION DU BRUIT

Un des aspects les plus intéressants de l'audition stéréophonique réside dans sa capacité à discriminer les sons importants des sons importuns. Les deux oreilles fonctionnent ensemble pour vous permettre de localiser et d'isoler un seul son par rapport à tous les bruits ambiants.

6 ÉCOUTE SÉLECTIVE

Lorsqu'on écoute avec nos deux oreilles, le cerveau peut atténuer le bruit de fond en l'extrayant de la zone de focalisation. Il nous permet ainsi de sélectionner ce que nous voulons entendre. Par conséquent, en fonction de votre perte auditive, il vous sera plus ou moins facile de comprendre dans certaines situations.

7 UNE AUDITION PLUS RICHE

Lorsque nos deux oreilles travaillent de concert, nous bénéficions d'une audition plus douce et plus naturelle.

8 ENTENDRE SANS S'ÉNERVER

Même si la perte auditive est modérée, l'audition stéréophonique peut apporter une amélioration précieuse et significative. En augmentant, votre capacité à comprendre correctement, elle réduira votre stress et vous vivrez votre rééducation auditive plus sereinement.

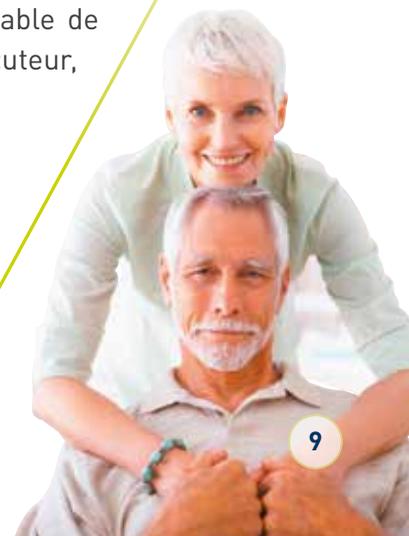
9 LA PAIX DE L'ESPRIT

L'audition stéréophonique nécessite moins d'amplification pour entendre à des niveaux confortables.

10 CONFIANCE

Entendre avec les deux oreilles signifie que vous serez capable de répondre précisément et en toute confiance à votre interlocuteur, quelles que soient les situations.

Avant de décider de n'appareiller qu'une oreille, nous vous suggérons de faire un essai avec les deux oreilles et de faire des tests comparatifs pendant cette période.

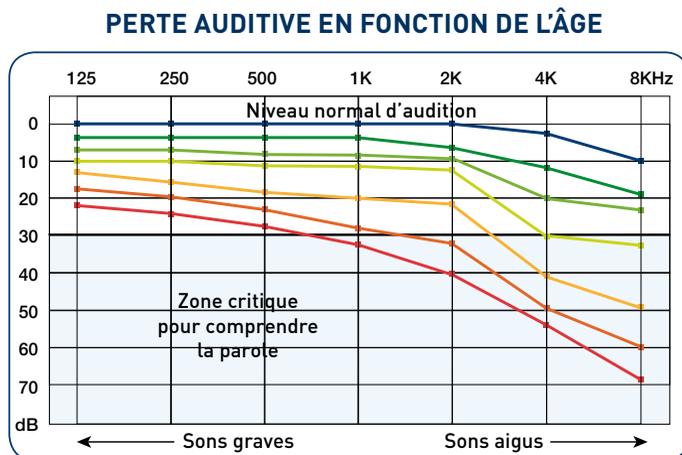


Comprendre sa perte auditive

COMMENT

LA PERTE AUDITIVE SURVIENT

La perte auditive survient quand une partie de notre système auditif cesse de fonctionner correctement, que ce soit en raison de dommages ou de détériorations.



20 ans 30 ans 40 ans 50 ans 60 ans 70 ans 80 ans

L'AUDITION NORMALE
n'aura pas de perte de compréhension.

UNE PERTE AUDITIVE LÉGÈRE
peut exclure 25 à 40 % de la parole.

UNE PERTE AUDITIVE MOYENNE
peut exclure 40 à 50 % de la parole.

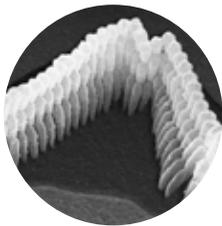
UNE PERTE AUDITIVE SÉVÈRE
peut exclure 100 % de la parole.

LES TYPES DE PERTE AUDITIVE

- **SURDITÉ DE TRANSMISSION** - Les sons ne sont pas transmis correctement par l'oreille moyenne à l'oreille interne. La chaîne des osselets ou le tympan ne remplissent plus leur fonction.
- **SURDITÉ DE PERCEPTION** - L'oreille interne n'est plus apte à transmettre correctement les sons jusqu'au cerveau. Les cellules ciliées de l'oreille interne (particulièrement celles des fréquences aiguës) ont été détruites petit à petit à cause du bruit, de traitements médicaux ou tout simplement du vieillissement.
- **SURDITÉ MIXTE** - C'est une combinaison de surdité de perception et de transmission.

LE VIEILLISSEMENT NATUREL DE L'OREILLE

Lorsque les microscopiques cellules ciliées de votre cochlée (oreille interne) sont endommagées, elles ne peuvent plus transmettre le signal sonore complet à votre cerveau, vous empêchant de comprendre certaines consonnes.



Des cellules ciliées saines

En position droite, elles sont capables de détecter précisément les ondes sonores et de transmettre au cerveau les impulsions électriques.



Des cellules ciliées endommagées

Elles sont flasques, avachies. Elles ne sont plus capables de détecter les ondes sonores et de transmettre les impulsions électriques au cerveau.

LES CAUSES DE PERTE AUDITIVE

La perte auditive est généralement due à un ensemble de facteurs :

- Vieillessement naturel de l'oreille - la Presbycusis
- Exposition aux bruits
- Tumeurs et lésions localisées dans les différentes parties de l'oreille
- Différentes maladies dont la méningite
- Troubles vasculaires et circulatoires
- Chocs traumatiques (concerts...)
- Traumatisme crânien
- Malformation congénitale - génétique
- Réaction à des médicaments ototoxiques ou au traitement du cancer (antibiotiques, chimiothérapie, radiation)

BAISSE DE L'AUDITION

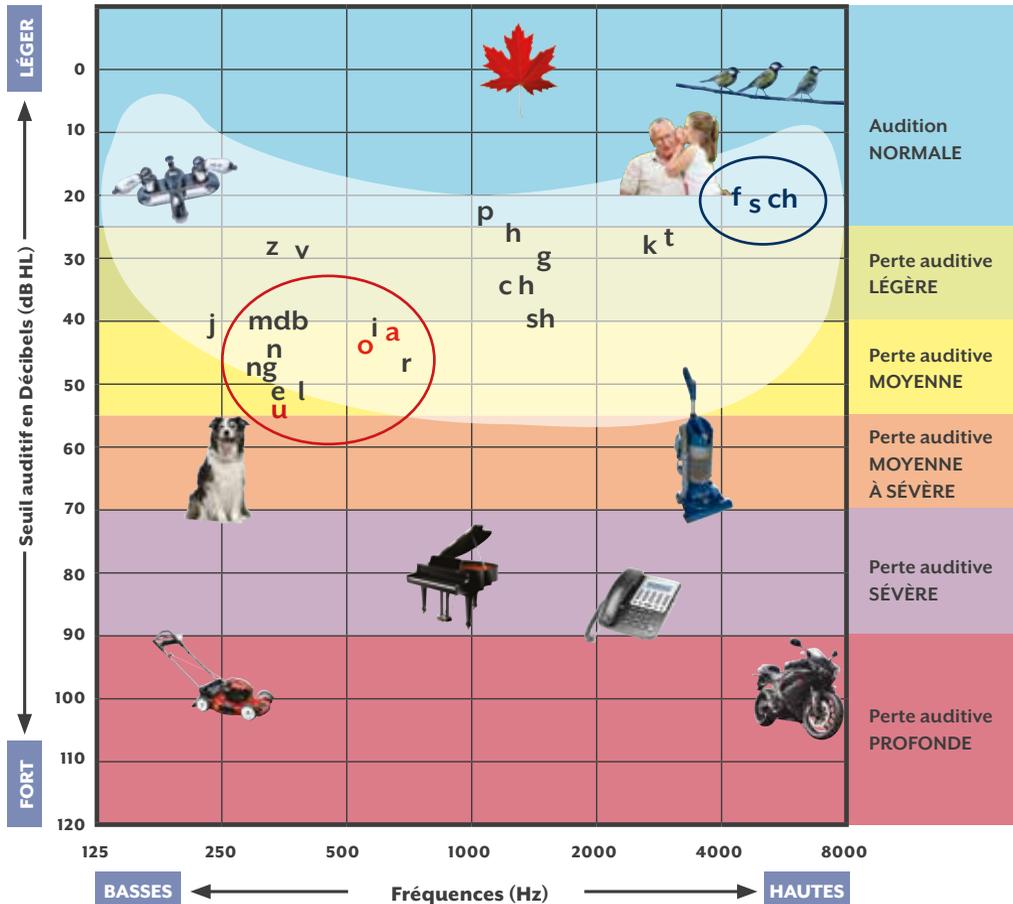
Quand nous vivons avec une perte auditive, nous perdons souvent la capacité à entendre les sons aigus comme le bruit d'un moustique près de l'oreille, les voix des femmes et des enfants ou certaines consonnes.

La baisse de l'audition se traduit par des difficultés à faire la différence entre divers sons de la parole. Comme ce sont les fréquences aiguës qui sont touchées en premier, l'un des premiers symptômes est la difficulté à comprendre la parole dans les environnements bruyants.

COMPRENEZ-VOUS TOUJOURS EN TOUTES CIRCONSTANCES ?

Des recherches récentes ont montré que l'exposition à des sons forts peut endommager les voies nerveuses en laissant intacte la sensibilité aux sons légers (Kujawa et Liberman, 2009). Ainsi la parole d'une chanson écoutée au niveau que nous aimons peut être déformée, rendant très difficile la compréhension. C'est pourquoi la plainte « J'entends, mais je ne comprends pas » est si fréquente.

AUDIOGRAMME



La baisse de l'audition se traduit par des difficultés à faire la différence entre divers sons de la parole.

Les phonèmes « f », « ch » et « s » sont aigus (hautes fréquences) et les phonèmes « u », « o » et « a » sont graves. Chez de nombreux malentendants, les hautes fréquences sont affectées et les basses fréquences normales ; elles ont par conséquent des difficultés à percevoir les phonèmes aigus.

Comprendre sa perte auditive

Évaluation auditive

Évaluez votre audition ou celle de vos proches en répondant à ce test (cochez les cases).

OUI NON

- Vous trouvez que les voix d'hommes sont plus faciles à comprendre que celles des femmes ou des enfants.
- Vous demandez de temps en temps à vos interlocuteurs de bien vouloir répéter ou de parler plus fort.
- Vous avez des difficultés à suivre les propos d'un orateur dans une grande salle ou une conversation à plusieurs dans une ambiance bruyante.
- Vous trouvez quelquefois que certaines personnes marmonnent ou n'articulent pas suffisamment.
- Vous avez des difficultés à entendre et comprendre au cinéma, à un concert, à l'église ou tout autre rassemblement public - en particulier là où les sources sonores sont à une distance de vous.
- Vous augmentez le volume de la télévision ou la radio pour bien comprendre.
- Vous évitez les réunions de groupe, les sorties dans les établissements publics ou les réunions de famille... où l'écoute peut être difficile.

Si vous répondez OUI à 3 affirmations, il est temps de retrouver une meilleure audition. Nous vous suggérons de la faire contrôler par un professionnel.

7 raisons pour mieux entendre et mieux vivre grâce à une solution auditive.

Les recherches menées par le Better Hearing Institut concluent que le port d'aide auditive améliore :

- 1 - L'état de santé
- 2 - La stabilité émotionnelle
- 3 - Le contrôle sur les événements de la vie
- 4 - La communication
- 5 - Le lien familial
- 6 - La confiance
- 7 - Le pouvoir d'achat

[BHI, 2013]

QUE SE PASSERA-T-IL ?

LORS DE VOTRE PREMIÈRE VISITE

C'est l'étape la plus difficile de votre voyage, vous avez pris la décision de vous faire appareiller après avoir admis que vous vivez avec une perte auditive et après vous être renseigné. Cette première visite se déroule comme suit :

1 AUDIOGRAMME

Après avoir répondu aux questions sur votre audition et sur les différentes situations qui vous gênent, vous serez soumis à un examen approfondi. Premièrement, vos oreilles seront examinées visuellement pour voir s'il y a pas d'obstructions dans le conduit auditif qui pourraient affecter votre audition. Ensuite, un certain nombre de mesures seront effectuées afin de quantifier votre capacité auditive qui déterminera précisément le degré et le type de votre perte auditive. Ce test audiométrique rapide et indolore consiste à écouter et à réagir aux sons purs dans une cabine insonorisée. Vos résultats seront illustrés dans un audiogramme détaillé que votre audioprothésiste examinera avec vous.

2 MODE DE VIE

Votre audioprothésiste va vous interroger sur vos activités et les lieux où vous avez l'habitude d'aller. Cette étape est importante car elle détermine le niveau de performance du signal nécessaire ainsi que le modèle de l'aide auditive dont vous avez besoin.



3 SOLUTIONS ET OPTIONS

Une fois l'évaluation complète, votre audioprothésiste vous expliquera quelles sont les options. Si celles-ci déterminent le port de solution auditive, votre audioprothésiste vous conseillera un ou plusieurs modèles suivant vos préférences esthétiques (taille et couleur), votre mode de vie, votre budget et vous expliquera les raisons de ses propositions.

Le port d'aides auditives est de loin la solution la plus souvent préconisée : elles permettent de corriger les déficiences du système nerveux de l'oreille qui représentent la grande majorité des troubles de l'audition.

L' AIDE AUDITIVE

UNE SOLUTION INGÉNIERUSE

Plus que jamais, les aides auditives sont la solution la plus appropriée pour la plupart de ceux qui vivent avec des problèmes d'audition. À l'instar de tous les dispositifs haute technologie, les aides auditives ont considérablement évolué ces dernières années en termes de performance et d'apparence.

On trouve ainsi des solutions « invisibles » qui se logent au fond de l'oreille, où elles sont quasiment indécélables, ou des options sans-fil qui transmettent directement le son de la télévision, de la radio et du téléphone. Toutes procurent, de façon générale, un meilleur son, et sont plus confortables et plus fiables qu'auparavant.

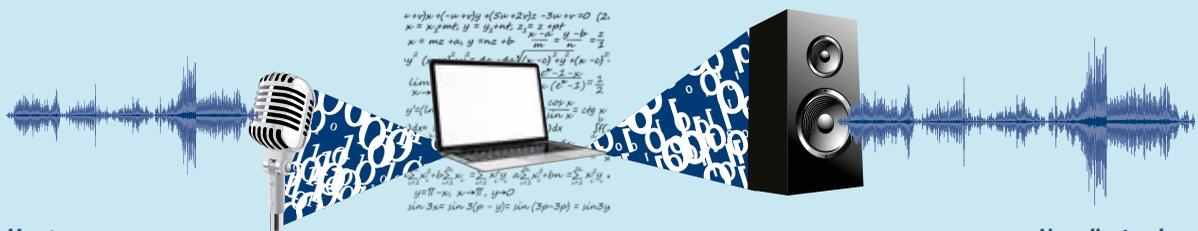
ÊTRE INFORMÉS

Si votre audioprothésiste vous recommande des aides auditives, il peut être opportun de savoir quelles questions lui poser. Voici donc ce qu'il vous faut connaître sur ces dispositifs.

QUE PERMETTENT LES AIDES AUDITIVES ?

Vous avez peut-être entendu des commentaires négatifs sur les aides auditives. Il faut savoir que leur fonction première consiste à amplifier le son, jusqu'à la fin des années 1990, c'était à proprement parler tout ce qu'elles faisaient — tout amplifier. Les aides auditives actuelles font bien plus, pour vous garantir confort et connexion avec le monde qui vous entoure.

Le fonctionnement d'une aide auditive (en quelques mots) :



Une personne dit bonjour –

« Bonjour, ça fait plaisir de te revoir ! »

Un microphone recueille le son et le convertit en un signal électrique/numérique.

Un assistant d'écoute augmente la force du signal. Dans les dispositifs plus recherchés, le signal subit un traitement avancé.

Un écouteur/haut-parleur le convertit à nouveau en son et l'envoie dans l'oreille interne.

Le cerveau « entend » et assimile le son à de la parole.

Nous l'entendons dire bonjour –

« Bonjour ! Ça fait plaisir de te revoir ! »

EN QUOI LES ASSISTANTS D'ÉCOUTE DIFFÈRENT-ILS DES AIDES AUDITIVES ?

Il y a une différence entre les produits d'amplification de base (les assistants d'écoute) et les aides auditives. Tous augmentent la faculté d'entendre des sons. Toutefois, les aides auditives sont conçues pour améliorer notre audition dans les situations difficiles avec des options technologiques avancées telles que l'élimination du larsen, une meilleure compréhension au téléphone ou dans les environnements sonores bruyants.



DE NOUVELLES OPTIONS

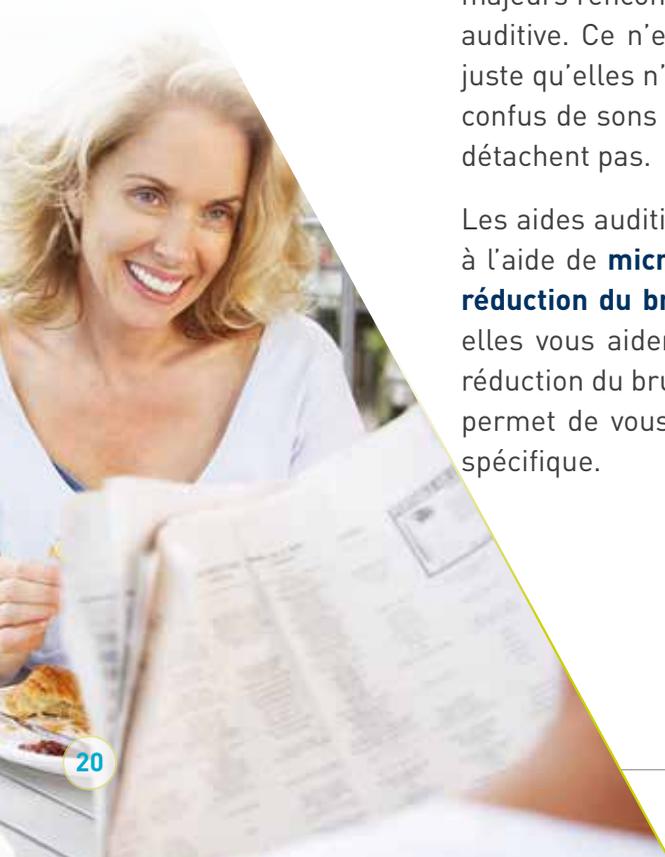
POUR UN FONCTIONNEMENT ENTIÈREMENT DIFFÉRENT

Si les aides auditives actuelles amplifient toujours les sons, elles le font aujourd'hui de façon plus intelligente et sélective, grâce aux progrès technologiques. Comme les téléphones qui permettent désormais bien plus que de parler à un interlocuteur, les aides auditives font bien davantage que faciliter l'écoute.

AMÉLIORER LA COMPRÉHENSION DANS LE BRUIT

Entendre dans un environnement bruyant, dans un restaurant ou lors d'un rassemblement par exemple, est un des défis majeurs rencontrés par les personnes qui vivent avec une gêne auditive. Ce n'est pas qu'elles ne peuvent pas entendre, c'est juste qu'elles n'entendent pas clairement. Tout n'est qu'un bloc confus de sons — duquel les voix de leurs interlocuteurs ne se détachent pas.

Les aides auditives les plus avancées remédient à ce problème à l'aide de **microphones directionnels et de la technologie de réduction du bruit**. Adaptées spécifiquement à votre audition, elles vous aident à vous concentrer sur la parole. Grâce à la réduction du bruit, l'écoute devient plus confortable, ce qui vous permet de vous focaliser sur un discours ou un interlocuteur spécifique.



LA CONNECTIVITÉ SANS-FIL

Les solutions auditives sans-fil figurent parmi les dernières avancées les plus populaires. Grâce à cette technologie, le son de votre télévision, ordinateur, lecteur MP3 ou téléphone est transmis directement dans vos oreilles au volume que vous choisissez et contrôlez. Cette connexion directe se traduit par un son plus clair et réaliste, comme si vous pouviez désormais entendre au volume que vous souhaitez, sans avoir à augmenter le son dans la pièce.

De plus, d'innovants accessoires sans-fil vous permettent de passer en douceur d'un réglage à un autre (comme le microphone extérieur, qui vous permet d'entendre comme si vous étiez juste à côté de l'intervenant) et d'un appareil à un autre (de votre TV à votre téléphone portable par exemple). Vous pouvez également commander à distance vos aides auditives.

DES DISPOSITIFS INVISIBLES

Par ailleurs, grâce à la technologie numérique, ces nouvelles fonctions se trouvent embarquées dans des solutions auditives perfectionnées de plus en plus petites — parfois si minuscules qu'elles tiennent entièrement dans le conduit auditif et sont presque indécélables.

AUTRES AVANCÉES SUR LESQUELLES SE RENSEIGNER

À l'occasion d'un rendez-vous, n'hésitez pas à interroger votre audioprothésiste sur les autres fonctions susceptibles d'avoir un impact sur le son et la performance de vos aides auditives, notamment :

- **Transpiration, cérumen & corps gras** — Grâce à des progrès en conception mécanique en traitement de surface protecteur, les aides auditives résistent à l'eau, au cérumen et aux corps gras.
- **Canaux et bandes** — Des canaux et bandes supplémentaires permettent à votre audioprothésiste de personnaliser les réglages pour différentes plages de fréquences sonores.
- **Suppression du larsen** — Vos aides auditives n'ont plus de raison de siffler, crisser ou bourdonner.
- **Traitement interaural** — Cela signifie que vos deux aides auditives « travaillent ensemble » pour permettre une expérience d'écoute améliorée.

LES MODÈLES

D'AIDES AUDITIVES

Il existe de nombreux modèles d'aides auditives. Votre audioprothésiste vous en recommandera un ou plusieurs en tenant compte notamment de votre niveau de gêne auditive, de vos préférences esthétiques, de votre mode de vie, de vos besoins et de votre budget. La plupart des contours BTE et RIC se déclinent en plusieurs coloris et finitions métalliques, pour se fondre avec la couleur de vos cheveux ou de votre peau.

Le contour d'oreille (BTE = Behind-The-Ear)



Il s'agit de l'aide auditive la plus répandue. La technologie audioprothétique est abritée dans un boîtier qui repose derrière l'oreille. Un tube acoustique en plastique transparent dirige le son amplifié dans un écouteur ou un embout sur mesure, logé à l'intérieur du canal auditif. Certains fabricants proposent également des mini BTE ou des BTE Power (Puissant).

Taille de la pile : 13, 312 et 675

L'écouteur dans le conduit (RIC = Receiver-In-Canal)



À peine visible sur l'oreille, le RIC est un dispositif dans lequel l'écouteur (ou haut-parleur) se trouve à l'intérieur du canal auditif. De fins fils électriques remplacent le tube acoustique en plastique, ce qui réduit la distorsion. Plus esthétiques, les RIC offrent une configuration ouverte confortable.

Taille de la pile : 13, 312 et 10



L'intra-conduit (CC = Custom-Canal)



Il s'agit d'un intra-auriculaire sur mesure qui se loge dans le conduit auditif. Une partie est visible au niveau de l'oreille externe.

Taille de la pile : 312 et 10

Le semi-profond (CIC = Completely-In-Canal)



Le semi-profond est un intra-auriculaire sur mesure qui s'adapte entièrement au conduit auditif. Seule l'extrémité d'un petit fil d'extraction, servant à insérer et retirer l'aide auditive, apparaît à l'extérieur du conduit. **Taille de la pile : 10**

L'intra-profond (IIC = Invisible-In-Canal)



Cet intra-auriculaire sur mesure est inséré profondément dans le conduit auditif, ce qui le rend quasiment indécélable.

Taille de la pile : 10

Technologies audioprothétiques

Le choix de l'aide qui vous conviendra dépend également de votre mode de vie, de votre préférence esthétique et de votre budget.

Sans-fil

Conçues pour offrir une qualité sonore supérieure, ces solutions perfectionnées garantissent également une transmission en direct du son de la télévision, des appareils de musique, des téléphones, etc.

Filaire

Dotées de la plupart des fonctions des aides auditives sans-fil, elles offrent la même performance, si ce n'est la capacité à transmettre directement le son des appareils audio.

Invisible

Conçues pour être placées à l'intérieur du conduit auditif, où personne ne peut les voir, ces aides auditives restituent un son d'une qualité exceptionnelle.

Assistants d'écoute

Généralement dépourvus de fonctions de traitement du son, ces appareils rudimentaires sont un retour aux anciennes aides auditives analogiques qui ne faisaient fondamentalement qu'amplifier tous les sons.

LE PRIX

LA QUESTION QUE TOUT LE MONDE SE POSE

Lorsque l'on doit être appareillé, une des premières choses que l'on veut savoir est « Combien coûte une solution auditive ? ».

La réponse souvent entendue est « Entre 500 € et 4 400 € ». Or, il conviendrait de dire « Cela dépend de ce dont vous avez besoin ». En d'autres termes, chaque patient a des besoins auditifs spécifiques et peut être appareillé sur 1 ou 2 oreilles; toutes les solutions auditives ne se valent pas et toutes les prestations ne sont pas identiques.

Si l'on compare avec d'autres objets du quotidien pour lesquels vous payez mensuellement (par exemple le téléphone portable, la télévision, votre café même), l'investissement financier est très similaire et en vaut résolument la peine. Faites vous-même le calcul du coût horaire d'une voiture, vous serez certainement étonné !

N'oubliez pas non plus que les aides auditives sont des dispositifs médicaux hautement perfectionnés, adaptés par des professionnels qualifiés et que l'adaptation inclut généralement des services complémentaires, notamment conseil, suivi et réparation.

LE CHOIX D'UNE AIDE AUDITIVE EST JUSTIFIÉE

Comme pour de nombreux produits achetés — des télévisions aux portables en passant par les lunettes — la fourchette de prix des aides auditives est très large. Il en existe différents modèles, avec diverses fonctions plus ou moins sophistiquées. En général, plus une aide auditive est petite et high-tech, plus elle sera onéreuse.

Les fonctions évoquées précédemment – qui annulent le bruit, éliminent le larsen, améliorent l'audibilité dans les hautes fréquences et rendent possible une connectivité directe avec les téléphones, les télévisions et les appareils audios – améliorent grandement la performance et l'expérience d'écoute au quotidien mais augmentent également le prix. Comme la prise en charge des frais audioprothétiques par les mutuelles dépend du contrat souscrit, renseignez-vous auprès de votre audioprothésiste.

LES SPÉCIALISTES DE L'AUDITION

Chaque personne, chaque perte auditive et besoin auditif est unique. C'est pourquoi il est toujours recommandé de consulter un spécialiste de la santé auditive.

L'AUDIOPROTHÉSISTE

C'est un professionnel qui a l'expérience et le matériel nécessaire pour inspecter votre conduit auditif, mesurer avec précision votre perte auditive, évaluer vos besoins uniques, et vous proposer la solution sur-mesure.

LE MÉDECIN ORL

Le médecin O.R.L. est spécialiste en médecine. Il examine votre état auditif, réalise des tests à visée diagnostic et prescrit ou non la non-contre-indication au port de solutions auditives.

À NOTER :

Les aides auditives sont prises en charge par la caisse d'assurance maladie sur prescription médicale à condition qu'elles soient inscrites sur la liste LPP (produits et prestations remboursables).

LE BON RÉGLAGE

Les meilleures aides auditives actuelles sont des instruments de précision, utilisant une technologie avancée qui peut et devrait être personnalisée pour répondre à votre déficit auditif et à vos besoins spécifiques. Choisir l'aide auditive qui vous convient dépend de plusieurs facteurs, importants et uniques :

- la nature et la sévérité de votre perte,
- votre vue et votre dextérité,
- la taille et la forme de votre pavillon et de votre conduit auditif,
- le type d'activités que vous aimez, et
- des préoccupations esthétiques.

C'est pourquoi l'adaptation de solutions auditives ne peut être pratiquée que par des professionnels formés : les audioprothésistes.

TIRER LE MAXIMUM DE VOTRE INVESTISSEMENT

L'institut à but non lucratif Better Hearing a publié récemment : « *Le processus [d'adaptation] nécessite une véritable évaluation de l'audition en direct dans une cabine audiométrique ; la formation et les compétences d'un audioprothésiste diplômé pour que les aides auditives soient réglées comme il se doit, en ayant recours à des programmes informatiques sophistiqués ; et des conseils et un suivi en direct et personnalisés. Cela n'est pas possible lorsque les consommateurs achètent des aides auditives universelles sur Internet ou ailleurs* ». (BHI, 2011).

TOUJOURS CONSULTER UN SPÉCIALISTE

Les audioprothésistes s'assureront que vous choisissiez l'aide auditive qui vous convient le mieux et le niveau de technologie à même de répondre à vos besoins et à votre mode de vie.

Ce qui est bien pour vous

Aujourd'hui, les aides auditives sont conçues pour faciliter l'écoute dans un grand nombre d'environnements sonores. Le modèle que vous choisirez et son prix dépendront de votre perte auditive, de vos activités et de la typologie des environnements que vous fréquentez.



Tranquille

Technologie de base conçue pour aider les personnes moins actives ou qui passent la majeure partie de leur temps dans des environnements tranquilles — à lire et écouter de la musique.



Tête-à-tête

Technologie spécifique conçue pour des environnements sonores simples, tels que des conversations en tête-à-tête et en petits comités.



Bruyant

Technologie avancée conçue pour être utilisée dans des situations d'écoute relativement faciles avec un peu de bruit — comme les restaurants tranquilles, réunions et parties de jeux de cartes.



Très bruyant

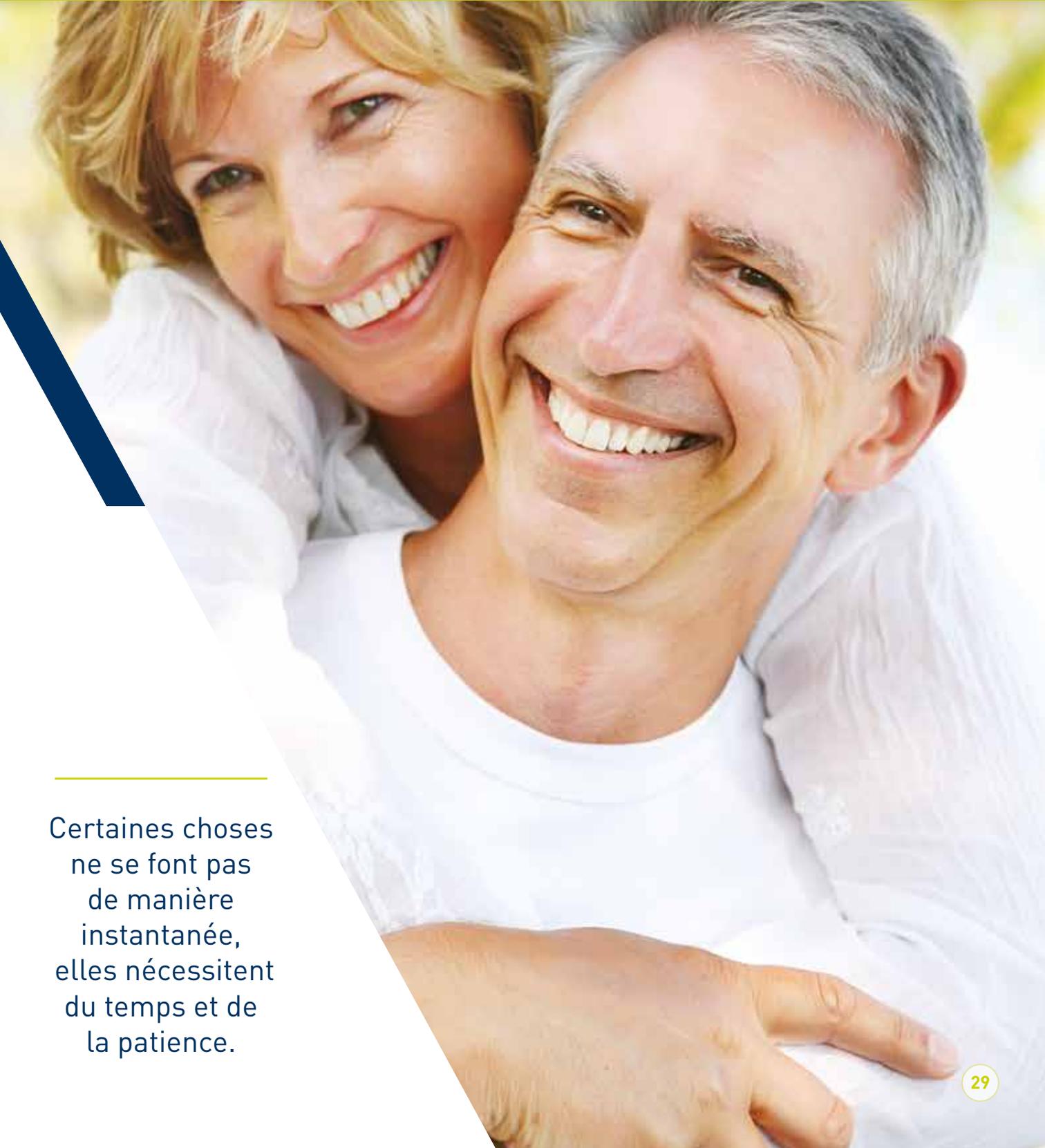
Technologie de pointe conçue pour les personnes actives qui fréquentent différents environnements sonores, y compris des événements dans la foule ou niveaux sonores élevés — comme des événements sportifs, des restaurants bruyants et des concerts.

L'ÉCOUTE DANS DES

SITUATIONS FACILES

EXERCEZ-VOUS SANS EXAGÉRER

- 1** Dans un premier temps, utilisez votre aide auditive seulement dans des environnements familiers et calmes où vous pourrez identifier et localiser des bruits simples (écoulements d'eau, claquements de porte, chants d'oiseaux...) que vous n'avez plus entendus depuis quelques temps.
Promenez-vous dans votre maison et écoutez les sons du réfrigérateur, du climatiseur, de l'ordinateur, de l'horloge ou certains sons comme le bruit que font les pages d'un journal quand on les tourne, les assiettes qu'on empile, etc.
- 2** Certains sons, comme votre propre voix, seront différents. Écoutez-vous lire à haute voix. Dans un environnement calme, exercez-vous à écouter et à converser avec une personne dont la voix vous est familière et placez-la face à vous. Ne vous inquiétez pas si vous ne comprenez pas tout immédiatement. Souvenez-vous que 20 % de la communication est visuelle.
- 3** Quand vous utilisez votre aide auditive dans un environnement sonore complexe, entraînez-vous à sélectionner des sons particuliers, des voix et à focaliser votre attention sur eux. Améliorez votre compréhension en regardant le visage et les gestes. L'objectif est d'atteindre le niveau d'écoute confortable préconisé pendant votre adaptation à cette nouvelle qualité sonore, même si vous manquez parfois quelques mots dans la conversation.
- 4** Dans quelques semaines, vous serez probablement capable d'utiliser toute la journée votre aide auditive. Vous serez comme ceux qui réussissent à oublier qu'ils "portent" une aide auditive. Toutefois, si vous vous sentez fatigué, énervé ou irrité, n'hésitez pas à arrêter le fonctionnement de votre aide auditive pendant quelques instants. Au début de l'adaptation, une durée d'utilisation trop intensive peut provoquer fatigue et tension. Sachez vous reposer quand cela est nécessaire.



Certaines choses
ne se font pas
de manière
instantanée,
elles nécessitent
du temps et de
la patience.

L'ÉCOUTE DANS DES SITUATIONS DIFFICILES

- 1** Portez vos aides auditives lors de conversations en groupe restreint à l'extérieur de la maison, dans des environnements sonores où l'écoute est difficile. Avant de les essayer dans ce type de situation, vous devez porter vos aides auditives chez vous quotidiennement au moins 4 heures par jour.
- 2** Éloignez-vous le plus possible de votre interlocuteur. N'augmentez pas le volume de vos aides auditives. La distance augmentant, il deviendra de plus en plus difficile de l'entendre. Avec de la pratique, vous apprendrez à appliquer automatiquement ces techniques d'écoute et de compréhension de façon satisfaisante.
- 3** Participez à des conversations avec d'autres personnes en extérieur, dans un lieu tranquille. Ne vous inquiétez pas si vous ne les comprenez pas toutes.



Essayez de focaliser votre attention sur une personne à la fois. Rappelez-vous, même les normo-entendants ont du mal à comprendre quand plusieurs personnes parlent en même temps.

- 4 Vous écoutez dans des environnements sonores plus difficiles, il vous est permis de dire à l'occasion *"je n'ai pas compris ce que vous avez dit"*. Entraînez-vous à regarder le visage de votre interlocuteur afin d'améliorer votre compréhension. Votre cerveau va commencer à réapprendre les sons qu'il avait perdus depuis longtemps. Ils vous sembleront étranges mais redeviendront familiers avec le temps.
- 5 Augmentez progressivement le temps d'utilisation de vos aides auditives en voiture, à l'extérieur, ou lorsque vous faites vos courses. Repérez les nouveaux sons que vous entendez. Avec de l'entraînement, votre cerveau pourra bientôt supporter les bruits que vous trouviez irritants auparavant. Vous aurez pris l'habitude et serez en mesure de porter vos aides auditives toute la journée sans avoir besoin d'ajuster leur volume.
- 6 Commencez à écouter les informations à la télévision. Demandez à votre conjoint ou à un parent ou ami de régler le volume à un niveau normal et confortable pour lui. Concentrez votre attention sur la personne qui parle. Demandez à la ou aux personnes qui se trouvent dans la même pièce que vous de ne pas parler pendant l'émission. Focalisez-vous sur l'histoire complète et non sur des sons ou des mots spécifiques. Entraînez-vous à écouter dans des situations difficiles jusqu'à ce que vous vous sentiez à l'aise.
- 7 Portez vos aides auditives pendant de longues périodes. Si vous vous sentez fatigué, retirez-les pendant un certain temps puis remettez-les. N'abandonnez pas. Comme pour l'apprentissage d'un sport ou d'un instrument de musique, seule une pratique quotidienne permet d'atteindre la maîtrise.

L'amélioration de votre audition résultera de la combinaison de vos désirs, de votre apprentissage et de votre patience.

L'ÉCOUTE DANS DES SITUATIONS TRÈS DIFFICILES

1 ÉLOIGNEZ-VOUS DE VOTRE INTERLOCUTEUR

En présence de bruits de fond, focalisez-vous sur votre interlocuteur en regardant les expressions de son visage et les mouvements de ses lèvres. Vous entendrez d'autres bruits, mais concentrez-vous sur sa voix. Au fil du temps, votre cerveau classera ces sons et bruits de fond, inconsciemment, pour se concentrer uniquement sur la personne qui parle.

2 TOURNEZ LA TÊTE LÉGÈREMENT VERS VOTRE INTERLOCUTEUR SI NÉCESSAIRE

Ne vous sentez pas frustré. Même si vous y êtes sensible, ces mouvements passent inaperçus par les personnes qui vous entourent.

3 PORTEZ VOS AIDES AUDITIVES DANS DES LIEUX PUBLICS

Portez-les au travail, à l'église, dans des cocktails, des réunions, lors d'événements sportifs et au restaurant. Ce sont des environnements sonores très difficiles. Pour atteindre ce niveau d'aptitude d'écoute, vous aurez besoin de faire preuve de beaucoup de patience.

4 POUR PARVENIR À MIEUX ENTENDRE, IL VOUS FAUDRA :

- a) travailler quotidiennement,
- b) porter tous les jours vos aides auditives dans des environnements différents,
- c) de la patience, effort le plus important pour que votre cerveau apprenne à ré-entendre.

5 CONTACTEZ VOTRE AUDIOPROTHÉSISTE POUR TOUTES QUESTIONS RELATIVES À VOTRE APPRENTISSAGE

Nous comprenons les difficultés auxquelles vous êtes confronté face à votre problème d'audition. Si vous avez des questions ou quoi que ce soit dont vous souhaitez parler durant la période de réapprentissage, n'hésitez pas à contacter votre audioprothésiste.

Votre patience
et votre bonne volonté
seront largement
responsables du succès
de votre appareillage.



VOUS ARRIVEZ AU BOUT DE VOTRE CHEMIN

Il ne fait aucun doute que des aides auditives sont un investissement important en termes de temps et d'argent. Mais ce que vous êtes sur le point d'obtenir en retour est inestimable :

- Vous retarderez le déclin cognitif.
- Vous vous sentirez plus sûr et sécurisé.
- Vous vous sentirez moins isolé.
- Vous serez plus engagé avec votre famille et vos amis.
- Vous profiterez mieux de la musique et de la télévision.
- Vous vous sentirez plus conscient et confiant.
- Vous communiquerez plus facilement.
- Vous vous sentirez moins dépendant des autres.
- Vous aurez une meilleure qualité de vie.

**Profitez bien de vos aides auditives car
Mieux entendre c'est Mieux vivre.**

RÉFÉRENCES

American Tinnitus Association (2013). Retrieved July 2013: www.ata.org.

Better Hearing Institute (2013). Retrieved July 2013: www.betterhearing.org.

Better Hearing Institute (2011). Better Hearing Institute Warns on Do-it-Yourself Hearing Care (press release). Retrieved July 2013: www.betterhearing.org/press/news/Internet_direct_mail_hearing_aids_pr10122011.cfm.

Kujawa, S. & Liberman, M. (2009). Adding Insult to Injury: Cochlear Nerve Degeneration after "Temporary" Noise-Induced Hearing Loss. *The Journal of Neuroscience*, 29(45), 14077-14085.

Li-Korotky, H. (2012). Age-Related Hearing Loss: Quality of Care for Quality of Life. *The Gerontologist*, 52(2), 265-271.

Lin, F., Niparko, J., & Ferrucci, L. (2011). Hearing Loss Prevalence in the United States. *Archives of Internal Medicine*, 171(20), 1851-1853.

National Institute on Deafness and Other Communication Disorders (2013). Retrieved July 2013: www.nidcd.nih.gov/health/statistics/Pages/quick.aspx.

World Health Organization (2013). Retrieved July 2013: www.who.int.

Hélène Amiéva - Professeur de Psychogérontologie et Chercheur à l'INSERM U897, Bordeaux "Perte d'audition et déclin cognitif chez le sujet âgé : approche épidémiologique" (2015)

Etude EuroTrak France 2015



VOTRE SPÉCIALISTE DE L'AUDITION



L'audition est notre mission™



www.starkey.fr