

25^e édition de la campagne Journée Nationale de l'Audition, jeudi 10 mars 2022

« Pollution sonore : l'affaire de tous, la santé de chacun »



L'exposition croissante aux bruits dans nos modes de vie vient questionner la place de l'audition dans le suivi de notre santé. Les recherches conduites ces dernières années mettent en évidence les synergies entre l'oreille et le cerveau. Le moindre « grain de sable » dans ces mécanismes a des répercussions sur la santé globale et la qualité des relations sociales, et pas uniquement dans le cas de surdités avérées. Cette 25^e édition des journées nationales de l'audition, organisée par l'association JNA, a pour objectif de sensibiliser le public sur la place de l'audition dans la santé du quotidien. Chaque année, plus de 2 000 acteurs de la santé et de la prévention sont mobilisés par l'association pour informer, sensibiliser et dépister au plus près de la population, quel que soit l'âge. Voici les arguments clé qui motivent cette grande communauté.

De l'importance du suivi médical systématisé de l'audition

Le bruit a des impacts sur l'audition proprement dite, mais aussi sur la santé en général. Le bruit a des effets néfastes sur le sommeil, génère du stress et son lot de pathologies associées (fatigue, anxiété, problèmes cardiovasculaires). La prévalence des déficits auditifs (surdités, acouphènes) et des symptômes extra-auditifs associés augmente chaque année dans les différents baromètres santé JNA (*). Un Français sur 2 n'a jamais réalisé de bilan son audition chez un médecin ORL. Contrairement à la surdité, les acouphènes ne sont pas reconnus comme un handicap et aucun parcours de soin n'est mis en place par les pouvoirs publics ; laissant souvent les patients dans une errance médicale. La reconnaissance de l'audition comme un marqueur de santé majeur permettrait le dépistage précoce des troubles de l'audition mais aussi de facteurs de comorbidité.

De l'importance de gérer ses expositions sonores

Dans le baromètre santé JNA de mars 2020, 1 Français sur 2 indique un lien direct entre le bruit et les pertes de concentration ou encore avec l'état de fatigue, d'irritabilité. Un tiers évoque également des symptômes et des troubles de l'audition et 40 % des troubles du sommeil. Il devient donc incontournable de questionner la place du bruit dans les modes de vie car au-delà même de la santé de l'individu, elle impacte aussi bien d'autres aspects de sa vie tels que l'apprentissage et la productivité. Prendre conscience de son environnement sonore et éviter les sons forts est aussi important que bien manger, bien dormir ou pratiquer une activité physique.

De l'importance d'intégrer un temps de récupération

Un principe fondamental, reposer ses oreilles. En théorie, le repos auditif doit être égal au minimum au temps d'exposition au bruit. Il faut donc que lors de son principal temps de repos la nuit, l'environnement soit aussi calme que possible avec pour objectif un niveau sonore < à 35 dB. Ainsi l'utilisation des écouteurs lors de l'endormissement qui fait de plus en plus partie des habitudes des Français (pas uniquement chez les adolescents !) est à proscrire.

Les modes de vie actuels ont tendance à rendre les expositions sonores omniprésentes. L'utilisation des écouteurs durant de longues heures est très nocive pour l'oreille. La bonne pratique de santé est d'intégrer des pauses auditives en cours de journée, sans autre sollicitation active des écouteurs et casques.

Respecter les besoins écologiques de l'oreille contribue à éviter la survenue de symptômes tels que les acouphènes, les surdités temporaires et la presbycusie précoce (perte des capacités auditives liées à l'avancée en âge et corrélées au facteur génétique).

De l'importance de mettre en place des solutions pour soutenir les fonctions auditives

Lorsque le trouble de l'audition s'installe et s'accompagne de la perte de compréhension de la parole, il est essentiel de consulter afin de maintenir les 3 fonctions essentielles de l'audition : fonction de communication, fonction d'alerte et fonction émotionnelle. 2 études scientifiques récentes (***) ont démontré l'effet préventif de la prise en charge de la surdité sur le déclin cognitif et la santé mentale du patient. En effet, le moteur des fonctions cognitives demeure les relations sociales et ces dernières sont impactées négativement par les pertes auditives non prises en charge.

Ces nouveaux arguments ont contribué à la mise en place depuis le 1 janvier 2021 du « reste à charge zéro » en audioprothèse. La délivrance sur prescription d'aides auditives de classe 1 permet donc l'accès à des solutions auditives complètement remboursées (coût d'acquisition et accompagnement).

Le baromètre santé JNA (***) datant de mars 2021 indique que seulement 1 Français sur 2 a entendu parler de ce dispositif, notamment chez les populations les plus modestes qui sont pourtant les premières concernées. Cela est dû notamment à une moindre connaissance et à un accès encore complexe de la prise en charge médicale dans le domaine de l'audition.

Le parcours de santé de l'audition pour tous, tout au long de la vie, reste à définir dans un contexte de désertification médicale et de faible remplacement des médecins ORL partant à la retraite.

La campagne JNA a pour objectif de sensibiliser l'ensemble de la population Française sur les problématiques et les solutions liées à la perte d'audition. La communauté d'acteurs de la santé engagés, proposera des ateliers, des conférences, des dépistages gratuits dans toute la France, au plus près des populations. Le programme sera diffusé en libre accès au plus tard le 1^{er} février 2022 sur le site www.journee-audition.org

(*) Enquête Ifop-JNA « Quel avenir pour l'oreille des Français ? »

(**) Etude « surdités et déclin cognitif » Pr. Frank Lin janvier 2014 et Pr. Hélène Amiéva, février 2018

(***) Enquête Ifop – JNA « La place de l'audition dans la santé des Français – Impacts COVID 19 »



L'association JNA

L'association JNA est une association à but non lucratif, neutre et indépendante, gérée par des experts scientifiques et médicaux et des acteurs de la prévention. Depuis 25 ans, elle fédère l'ensemble des acteurs de la prévention et de la santé, agissant sur tous les territoires de l'hexagone, pour que la santé auditive devienne une clé de santé pour être en forme au quotidien. L'association JNA organise chaque année la Journée Nationale de l'Audition (mars), Prévention Fête de la Musique et Festivals de l'été (juin à août) ; Semaine de la Santé Auditive au Travail (octobre).

Outre ces campagnes nationales, l'association JNA développe des programmes de santé auditive, invitant à intégrer l'audition parmi les déterminants « santé », facteurs clés de l'équilibre de santé et de vie sociale à tous les âges.

Association de référence dans le domaine de l'audition, la JNA regroupe 25 années d'enquêtes réalisées avec des instituts de sondage permettant d'établir un baromètre de l'audition ainsi que des données brutes des milliers de dépistages de l'audition réalisés auprès des différents publics. www.journee-audition.org

Le groupe d'experts de l'audition, membres du Comité scientifique de l'association JNA

	Docteur Cédric AUBERT Médecin du travail chez Becton Dickinson France		Docteur Sandrine MARLIN Coordnatrice CRMR Centre surdités génétiques à l'Hôpital Necker-Enfants Malades (75)
	Docteur Didier BOUCCARA Secrétaire général adjoint de l'association JNA Médecin ORL - Praticien Hospitalier (75)		Philippe METZGER Secrétaire général Audioprothésiste diplômé d'Etat (75)
	Docteur Shelly CHADHA Responsable programme de prévention de la surdité et des risques auditifs – Organisation Mondiale de la Santé. Genève.		Roselyne NICOLAS Vice-présidente de l'association JNA Vice-Présidente de l'association France Acouphènes (75)
	Jean-Charles CECCATO Vice-Président de l'Association JNA Maître de conférences Université de Montpellier (34), UFR Pharmacie		Rémy OUDGHIRI Sociologue, Directeur Général de Sociovision (Groupe Ifop) (75)
	Professeur André CHAYS Professeur ORL (CHU de Reims - 51) – Membre correspondant de l'Académie nationale de médecine		Professeur Jean-Luc PUEL Président de l'association JNA Directeur de Recherche Inserm - Institut des neurosciences - Montpellier (34)
	Nicolas DAUMAN Psychologue clinicien. Docteur en Psychologie. Maître de conférences Université de Poitiers (85)		Professeur Rémy PUJOL Pr Emérite Université de Montpellier (INSERM U 583/INM) Montpellier (34)
	Professeur Françoise DENOYELLE Chef de Service d'ORL pédiatrique et Chirurgie Cervico-faciale. Directrice du Département Médico- Universitaire Chirurgie Tête-Cou-Locomoteur de l'enfant Hôpital Necker-Enfants Malades (75)		Eric RAUBER Audioprothésiste diplômé d'Etat (69)
	Laurent DROIN Directeur CIDB – Ingénieur en acoustique (75)		Professeur Hung THAI VAN Vice-Président de l'association JNA Chef de service ORL - Hôpital Edouard Herriot - Hôpital Femme Mère Enfant (69)
	Docteur Pascal FOILLET Vice-Président de l'association JNA Médecin ORL – Praticien hospitalier (92)		Professeur Eric TRUY ORL Professeur des Universités Hôpital Edouard Herriot (69)
	Martial FRANCONI Orthophoniste - Pr - Directeur du Centre Expérimental Orthophonique et Pédagogique - Président d'ACFOS		Professeur Frédéric VENAIL Vice-Président de l'association JNA Service autologie et otoneurologie CHU Gui de Chauliac, Montpellier et INSERM Montpellier (34)
	Denis LANCELIN Ingénieur d'études CNRS - Laboratoire des Systèmes Perceptifs - École Normale Supérieure		Docteur Paul ZYLBERBERG Vice-Président de l'association JNA Médecin du travail (75) et responsable d'associations de patients malentendants