



Adresse postale : 21 B av. du point du Jour, 69005 Lyon
Local de réunion : 14 place Jules Grandclément
69100 Villeurbanne
CCP LYON 2994 – 44 F : ALDSM
courriel : aldsm69@gmail.com
Site : aldsm.fr

LA SOURDE OREILLE

N° 413
Mai-Juin 2019

Le risque de prendre une mauvaise décision n'est rien comparé à la terreur de l'indécision.

Moïse MAÏMONIDE Rabbin (1135-1204)

Sommaire : **Actualités** : Les acouphènes P 1 - Sensibilisation Handisport P 2 - « Corps et prothèses » P 2 - **Culture** : Visite Hôtel Dieu P 3 - **En bref** ; **Réunions** P 4

ACTUALITÉS

Les acouphènes

Les acouphènes sont des bruits simples entendus dans sa tête ou dans ses oreilles, et qui n'ont aucune origine dans le monde extérieur. Ce sont des bruits « parasites » qu'une personne entend sans que ceux-ci existent réellement. On distingue deux sortes d'acouphènes très différents. Les acouphènes objectifs (5%), correspondent à des bruits réels qui se produisent à l'intérieur du corps, et que nous ou le médecin pouvons entendre. Par exemple, il arrive qu'une artère soit rétrécie et que le sang fasse du bruit en y passant, bruit qu'on peut entendre comme un souffle qui pulse au rythme du corps. Et aussi des bruits anormaux des muscles de la mâchoire. Les acouphènes subjectifs (95%) correspondent, eux, à des sifflements ou des bourdonnements créés de toutes pièces par le système auditif.

Les acouphènes sont très fréquents. En général, on estime que de 10 % à 18 % de la population souffre d'acouphènes. L'idée actuelle est que les acouphènes viennent d'une combinaison d'une perte d'audition due à un problème d'oreille interne, parfois très discrète, plus une réaction "disproportionnée" du cerveau, puisque le cerveau crée ces sons imaginaires. On pourrait dire qu'il s'agit de sons fantômes, au même sens qu'un membre fantôme. Quand on est amputé d'un membre, on a souvent l'impression que ce membre est toujours présent. Et souvent le membre fantôme est douloureux.

Le principal facteur de risque des acouphènes est une perte auditive. Chez les jeunes, la principale cause de surdité et/ou d'acouphènes, correspond aux traumatismes sonores, notamment la musique trop forte. Chez les moins jeunes, la principale cause est la presbycusie, c'est-à-dire la baisse d'audition qui intervient assez souvent avec les années.

Un acouphène temporaire peut survenir après une exposition à une musique très forte, un bruit de machine, etc... Il se résorbe généralement sans intervention. Afin de ne pas risquer davantage de problèmes auditifs, lorsqu'on doit être exposé à un volume sonore important, il est nécessaire de se protéger en utilisant des bouchons ou des casques anti-bruit.

Les acouphènes chroniques, c'est-à-dire ceux qui persistent, peuvent devenir extrêmement gênants pour ceux qui en sont atteints et qui peuvent les percevoir de manière continue. Ils peuvent être accompagnés de douleurs, de nausées, de somnolence, de vertiges, d'une impression de bouchon dans l'oreille. Leur intensité varie

d'un individu à l'autre. Certaines personnes sont peu atteintes et ne consultent pas.

Les causes sont encore peu connues. Parmi celles pressenties, il y a les traumatismes, les problèmes vasculaires ou respiratoires, le stress, les otites, les médicaments potentiellement ototoxiques... La première chose à faire est de consulter un médecin ORL pour poser un diagnostic, envisager un traitement, un appareillage. Le port de prothèse(s) ou d'implant(s) cochléaire(s), permettent de noyer les acouphènes dans les bruits du quotidien.

Sachons cependant qu'il n'y a malheureusement pas de traitement miracle. Différentes techniques peuvent avoir une certaine efficacité : traitement de la surdité, stimulations sonores, traitement homéopathique, psychothérapie. La sophrologie en particulier permettra d'acquérir les techniques de relaxation, de respiration, de visualisation positive lorsque, au moment de l'endormissement, les bruits de la journée ne sont plus là pour faire diversion. Citons encore l'acupuncture et l'aromathérapie (huiles essentielles).

Le site France-acouphènes est le site de référence et vous apportera toutes les informations complémentaires sur ce sujet : france-acouphenes.org

JMaurice

Sensibilisation Handisport

Un samedi de mars s'est déroulé, comme chaque année, la journée de sensibilisation et de mise en situation au handicap avec Handisport Val d'Ozon. Ce fut un merveilleux moment de partage et d'échange riche en émotions. Une maman est venue m'expliquer que sa fille rencontrait des difficultés au collège. La semaine qui a suivi, elle avait rendez-vous avec les professeurs et le personnel du collège, avant le conseil de classe. Je l'ai accompagnée. Je leur ai expliqué quelle attitude adopter, comment parler et les difficultés rencontrées par nous, malentendants. Ils étaient très à l'écoute.

Ce qui est remarquable c'est que dans ce même collège est prévue courant octobre ou novembre 2019, une sensibilisation sur le handicap en général avec le CCPO (Communauté de Commune des Pays de l'Ozon) comme nous l'avons fait l'an dernier au collège de Communay.

Enfin des personnes qui s'ouvrent au handicap, nous avons fait un grand pas !

Véronique

Journées d'études « Corps et Prothèses » à Grenoble

« Vivre avec des prothèses auditives et/ou implants cochléaires pour un adulte devenu sourd »

J'ai participé à la première de ces journées qui eurent lieu les 4 et 5 avril 2019, à l'Université Grenoble Alpes. Elles étaient organisées par Marie-Agnès CATHIARD, maître de conférences en sciences du langage que nous connaissons bien par l'intermédiaire de l'ARDDS38 et Patrick PAJON.

La première intervenante, Anne RIVRON (médecin ORL, CHU Grenoble) nous fit avec précision un **panorama des surdités de l'adulte**.

Un audioprothésiste grenoblois, Adrien CHRISTOPHE, nous exposa les **apports, limites et évolutions des prothèses auditives**. Actuellement, l'appareillage a deux fonctions, il remonte l'audition pour chaque fréquence, selon le niveau perçu et il protège l'oreille. Il ne remplace pas tout ce qui manque car on a perdu de la puissance des sons mais aussi de la finesse. On peut bénéficier de compression fréquentielle, directivité, réducteur de bruit, traitement binaural. L'évolution actuelle se tourne vers des appareils rechargeables, la connectivité (avec applications sur smartphones), des processeurs améliorés en particulier pour une meilleure compréhension dans le bruit. Le port de prothèses permet d'améliorer la qualité de vie, mais demande rééducation, adaptation et du temps ! Pour rebondir, le malentendant a besoin de la bienveillance de son entourage pour créer une nouvelle forme de vie.

Hélène AMEVIA, médecin chercheur venu de l'Université de Bordeaux, nous exposa l'**intérêt des prothèses chez le sujet âgé pour la cognition** (acquisition de savoirs). On vieillit de manières très variées. Les personnes sont plus différentes les unes des autres dans le grand âge qu'à n'importe quel autre âge. Le vieillissement cognitif dépend d'une multitude de facteurs dont les capacités sensorielles. Elle énuméra les conséquences de la perte auditive : stigmatisation sociale (les personnes âgées malentendantes se sentent 10 ans de plus, ont moins d'activités quotidiennes et de loisirs), isolement, dépression, performances cognitives plus faibles. Bien que l'effet de l'appareillage n'ait pas encore été mesuré, les personnes appareillées ne présentent pas de déclin cognitif accéléré, ni de surrisque de dépression, dépendance ou démence.

Après une pause déjeuner autour d'un buffet sur place, Marie-Agnès CATHIARD nous parla d'**intégration multisensorielle**. Des études ont prouvé que voir le visage de la personne qui parle aide aussi les entendants, que ce

soit dans le bruit ou dans le calme. On gagne ainsi 20% de compréhension. C'est donc toujours bénéfique.

Les malentendants ayant des difficultés supplémentaires pour distinguer les sources sonores utilisent la lecture labiale. Celle-ci nécessite de distinguer 14 sons-voyelles et 21 sons-consonnes, c'est un art subtil ! Les femmes réussissent mieux que les hommes et peuvent atteindre 85% de compréhension et les malentendants sont meilleurs lecteurs labiaux seulement sur les mots seuls.

Le LPC (Langage Parlé Complété), fut évoqué ainsi que la méthode TADOMA, pour les personnes sourdes et aveugles qui utilisent le sens du toucher (des lèvres, du cou, des joues du locuteur).

Isabelle DAGNEAUX (médecin et philosophe malentendante, Université de Namur) fit une intervention captivante sur le **ressenti des personnes appareillées** : la façon dont quelqu'un se perçoit dépend fort de celle dont il est perçu, le langage importe. Il faut distinguer sourd (que l'on utilise plutôt pour sourd signant), malentendant (qui entend mal) et devenu sourd (proche du malentendant). Le terme « mal » traduit la référence à une norme. Normal est associé à moyen, le plus fréquent. Les déficiences, qui entraînent des restrictions d'activité, sont estimées par rapport à une norme généralement acceptée dans un milieu social donné, à un moment donné. Pour nous, la prothèse vise à réparer, ramener à la norme. D'autre part, notre relation au monde, aux informations sonores et culturelles nous façonne, nous impressionne. Bénéficier d'un bain de langage est essentiel pour notre culture générale et, par suite, pour la compréhension du monde qui nous entoure.

Des **témoignages** de personnes devenues sourdes appareillées, de certains conjoints, nous montrèrent différentes perceptions de l'état de malentendant.

Pour ma part, j'ai témoigné du **rôle des associations** et de l'entraide qu'elles apportent.

La boucle magnétique de la grande salle des colloques permit à un bon nombre de participants de suivre facilement les exposés et échanges. J'ai beaucoup apprécié la très grande qualité de toutes les interventions.

Nicole

CULTURE

VISITE DU GRAND HÔTEL DIEU

Notre sortie d'avril a été consacrée à la visite de l'Hôtel Dieu de Lyon. Visite un peu longue car la conférencière nous a fait une conférence un peu difficile à suivre pour nous, plutôt qu'une visite guidée. Cette visite s'est faite au milieu d'une foule assez bruyante qui nous a posé quelques problèmes de compréhension.

La construction de l'Hôtel Dieu a débuté au 12^{ème} siècle à la hauteur du plus ancien pont de Lyon, le Pont du Rhône, endommagé à la fin de la guerre et remplacé en 1958 par l'actuel Pont de la Guillotière. C'est l'ordre des frères pontifes qui construisait des ponts sur les cours d'eau afin de faciliter le cheminement des pèlerins, puis des hôpitaux à proximité pour les accueillir et les soigner. Avant de s'appeler Hôtel Dieu, il s'est tout simplement appelé : l'hôpital du Pont du Rhône !



Il a été l'ADN de Lyon : jusqu'à sa fermeture en 2010, presque tous les lyonnais y seraient nés ou auraient eu un membre de leur famille soigné dans cet hôpital. L'Hôtel Dieu se voulait un hôpital où les gens se sentaient bien. Pour cela il y avait de grandes fenêtres et des galeries où les gens pouvaient se promener. Au

centre, une cour avait été transformée en jardin où l'on cultivait des plantes médicinales, transformées en potion par des filles de petite vertu voulant sauver leur âme en guérissant les malades.

Les dons importants de certaines familles ou de personnes qui voulaient être reconnues ont permis d'agrandir considérablement l'édifice. Pendant de très nombreuses années, cet hôpital a été très bien considéré en France car le taux de mortalité y était plus faible qu'ailleurs. Il a été réquisitionné pendant la guerre.

Devenu trop vétuste, l'Hôtel Dieu a été vendu puis rénové et transformé en boutiques de luxe, petites halles, restaurants et bientôt un hôtel 5 étoiles.

Nous regrettons qu'une salle n'ait pas été créée pour présenter des photographies avec légendes, certains instrument médicaux et chirurgicaux, des vases d'apothicaires, etc. Trop cher paraît-il.

Christine

→ Une femme sourde nommée à la tête du pôle accessibilité de Microsoft - USA. Après cela, est plus que jamais d'actualité la citation d'Anne-Sarah KERTUDO à qui on demandait si le handicap était un frein. Elle répondait : « Philippe Croizon a traversé la Manche sans bras et sans jambes. Existe-t-il encore une activité incompatible avec le handicap ? »

https://www.vivrefm.com/posts/2019/03/microsoft-une-femme-sourde-dirige-le-pole-accessibilite?_lrsc=bd8430af-c844-4300-9182-4bae15b2886b

→ Voici le témoignage d'un homme de 30 ans qui s'est fait implanter en ce début 2019. Il est utilisateur de la LSF. Il développe une longue réflexion mûrie et argumentée, explore toutes les problématiques qui se posent à la catégorie de déficients auditifs à laquelle il appartient, celle des sourds gestuels qui sont souvent opposés à l'implant. Tout y passe, aussi bien les oppositions que les pressions exercées par l'entourage ainsi que par le corps médical. La décision de l'implant doit impérativement être un choix personnel mûrement réfléchi, accompagné d'une solide motivation. C'est pourquoi, dans la procédure pré-implant figurent des consultations avec un psychiatre et un psychologue qui doivent s'assurer du bon état psychologique du candidat à l'implant.

<http://www.madmoizelle.com/sourd-implant-cochleaire-980237>

→ Une info à propos de SKYPE. Une nouvelle fonctionnalité a été ajoutée permettant un sous-titrage.

Aller à la page suivante : <https://www.skype.com/fr/features/>

et cliquer sur : [Enregistrement d'appel et sous-titres en direct](#)

→ La biennale des associations de Villeurbanne se tiendra le dimanche 8 septembre 2019 autour de l'hôtel de ville de Villeurbanne. C'est l'occasion pour l'ALDSM de mieux faire connaître les actions menées par notre association en apportant des informations ou conseils auprès du public présent nombreux ce jour-là. Merci de nous faire savoir si vous êtes disponibles pour aider à la tenue de ce stand afin d'organiser un relais de présence.

Nos prochaines réunions

ATTENTION : Notez que notre permanence de rentrée aura lieu le lundi 9 septembre car la Maison Berty Albrecht sera fermée le lundi 2.

- Le samedi 18 mai à 14h30, nous nous retrouverons à la Maison Berty Albrecht pour la projection d'un film. Son humour saura nous détendre. Ensuite, pour ceux qui seront intéressés, nous vous montrerons le fonctionnement de quelques applications sur smartphone.

- Pour notre dernière rencontre de la saison, le samedi 15 juin, nous avons prévu un repas au restaurant, probablement dans le quartier de la Confluence. Nous vous promettons des précisions, dès que possible.

PROCHAINES REUNIONS : les samedis suivants

18 mai : 14 h 30, séance cinéma, salle Grandclément

15 juin : sortie au restaurant

21 septembre : rentrée avec l'intervention de Mme Barilly (orthophoniste)

Prochaines permanences : les lundis de 14h à 16h :

3 juin ; 9 septembre ; 7 octobre