

JOURNÉE QVCT EMERIA

PRÉVENTION AUDIO

Protégez votre audition et améliorez votre confort sonore.



Prendre soin de son audition

Préserver la qualité de vie

L'audition est essentielle à l'inclusion sociale et au bien-être.

Prévenir l'isolement

La perte auditive peut entraîner des difficultés de communication relationnelle et un risque d'isolement.

Réduire les risques cognitifs

Une audition non traitée peut augmenter les risques de déclin cognitif.

Causes de l'altération auditive

Exposition au bruit

Musique forte, environnements bruyants, écouteurs à haut volume.

Âge

Une personne sur trois de plus de 65 ans est touchée par la presbyacusie.

Facteurs de santé

Certaines infections, traumatismes crâniens ou médicaments peuvent affecter l'audition.



Symptômes de perte auditive



- Difficultés à suivre des conversations, surtout en milieu bruyant
- Besoin de monter le volume de la télévision
- Impression que les autres "murmurent" ou que les sons sont étouffés
- Siflements ou bourdonnements dans les oreilles (acouphènes)

PROTÉGER SON AUDITION



Limiter le volume

en dessous de 60 % avec des pauses régulières.

Éviter les environnements bruyants

Utiliser des protections auditives (bouchons) dans les concerts ou au travail.



Faire des bilans auditifs réguliers

Surtout si exposé à des risques.

Éviter les cotons-tiges

Risque d'endommager le conduit auditif.



Chiffres Clés

4 MILLIONS

de personnes en France ont des limitations auditives, dont **300 000** avec une surdité profonde ou sévère.

1 JEUNE SUR 10

présente des signes de perte auditive dus à la musique forte.



60%

des pertes auditives peuvent être évitées avec des mesures de prévention.

Types de Surdité et Traitements

Surdité de transmission

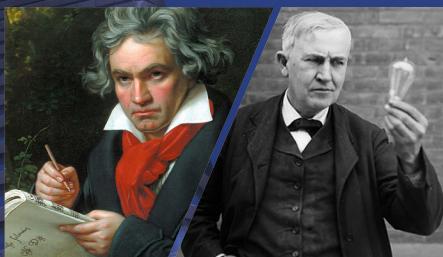
Atteinte de l'**oreille externe ou moyenne**, pouvant nécessiter une chirurgie ou une prothèse auditive.

Surdité neurosensorielle

Atteinte de l'**oreille interne** (implants cochléaires ou appareils auditifs).

Surdité mixte

Association des deux types, avec traitements combinés.



Le saviez-vous ?

Compositeur de renom, **Ludwig van Beethoven** a poursuivi son œuvre malgré sa surdité.

Quant à **Thomas Edison**, inventeur devenu partiellement sourd, il considérait cette surdité comme un atout, car elle l'a aidé à se concentrer.



Prenez soin de votre audition pour une meilleure qualité de vie demain !