

# Festivaliers : protégez VOS OREILLES

▶ Les jeunes Belges sont de plus en plus touchés par des défaillances auditives

▶ Alors que les festivals battent leur plein dans toute l'Europe, les oreilles des spectateurs en prennent pour leur grade : bourdonnements, acouphènes, perte d'audition sont autant de symptômes désagréables qui peuvent se manifester après un concert.

En Belgique, les problèmes d'audition touchent entre dix et onze pour cent de la population. Chez les jeunes, il grimpe à 20% ! D'après une étude menée sur des Néerlandais de 17 ans, ils seraient un quart à avoir déjà perdu une partie de leur capacité auditive. En cause une exposition trop fréquente à des sons trop puissants. *"De plus en plus fréquemment dans les concerts, les décibels sont*

*trop forts par rapport à ce que les oreilles peuvent supporter. Ces sons trop forts dégradent progressivement l'oreille. Si vous faites un festival, je ne dis pas que vous aurez des problèmes mais c'est surtout la fréquence et la durée qui vont jouer",* explique Danaë Hanoteaux de l'ASBL Surdimobil, qui a pour objectif de sensibiliser la population aux problèmes auditifs.

**PLUSIEURS POSSIBILITÉS EXISTENT** pour éviter les désagréments liés au bruit :

*"Il y a une règle très simple. Si vous êtes*

*exposé à un son de 80 décibels, la durée d'exposition ne peut pas durer plus de huit heures. Ensuite, à chaque fois que le niveau de décibels augmente de trois, la durée d'exposition doit être divisée par deux. Ainsi,*

*une exposition à des sons de 83 décibels ne doit pas dépasser quatre heures et une exposition de 89 décibels ne doit pas dépasser deux heures de suite",* explique le docteur Fassnacht, spécialiste ORL.

Il existe plusieurs applications pour smartphone qui permettent de mesurer les décibels, un outil qui peut être salutaire en festival.

En effet, en cas d'exposition prolongée, les seuils auditifs diminuent temporairement et des bourdonnements se font sentir mais ce n'est pas irréversible sauf si la situation se répète. Prudence donc en cas d'exposition prolongée. En cas d'acouphènes et de bourdonnement, le premier réflexe à avoir est le repos. *"Il faut attendre entre 24 et 48 heures et protéger des oreilles du bruit puis consulter. Il existe des traitements médicamenteux qui peuvent venir à bout de ces problèmes",* explique le docteur Fassnacht.

Les bouchons d'oreilles avec filtres et les casques de protection sont également de bons moyens de prendre soin de ses oreilles.

Maïli Bernaerts

## 20%

C'est le pourcentage de jeunes Belges qui souffrent de problèmes auditifs.

## Échelle du bruit

Décibels	Bruit	Risque de dégradation
<b>DOULOUREUX, NUISIBLE</b>		
170	Explosion de feu d'artifice	Directement
140	Discothèque	
130	Concert rock, passage plus fort dans un concert classique, festival	
120	iPod customisé, fête, concert rock	
<b>INCOMMODANT, RISQUE DE DÉGRADATION</b>		
110	Disco, iPod et lecteur mp3 au volume le plus élevé, houseparty	Après 7 sec.
105	Métro, luna-park, tondeuse, scie articulée	15 Min.
90	Discothèque, concert pop, iPod	
<b>TRÈS FORT</b>		
85	Gros camions, iPod, hurlement	30 Min.
80	Trafic dense, réveil, classe bondée, train en passage	1h
<b>MODÉRÉ ET CALME</b>		
70	Salle de sport, aspirateur et autres appareils ménagers	Pas de risque
60	Conversation normale, GSM	
30	Chuchotement, tic-tac d'une horloge	

Source: Mutualité chrétienne

IPM Graphics