

TEXTE Acouphènes (par Christine Mégret, Centre de l'Ecoute Tomatis de Payerne mai 2023)

COMMENT SOIGNER LES ACOUPHENES ?

Les causes provoquant des acouphènes sont très diverses. Lorsque nous recevons un patient, nous vérifierons qu'il a déjà consulté un médecin ORL pour éliminer les causes organiques (rares, mais graves, comme pourraient l'être un neurinome de l'audition ou un AIT). Nous traiterons alors « la gêne », car est-il encore utile de préciser que l'acouphène n'est qu'un symptôme et qu'il ne présente aucun risque pour la santé.

Il est très important de faire un bon diagnostic et de comprendre la cause de l'acouphène : parfois un traitement dentaire qui a provoqué des tensions au niveau de la mâchoire est à l'origine des sifflements, dans ce cas l'intervention d'un ostéopathe ou d'un thérapeute craniosacral sera indiqué. S'il s'agit d'un problème de tensions musculaires, il faudra faire appel à un posturologue, s'il y a eu une chute auditive brutale associée, un appareil auditif peut être préconisé.

Pour les cas où le stress, voire l'anxiété et la baisse de la qualité de vie sont les problèmes principaux, avec notre thérapie d'audio-psycho-phonologie selon Tomatis, nous avons les moyens de jouer sur plusieurs tableaux :

Nous avons un bon levier d'action sur le stress grâce à la combinaison de l'écoute de la musique de Mozart transitant par un appareil nommé « oreille électronique ». Ce dernier permet des réglages personnalisés. Le son ainsi préparé est transmis par un casque spécifique permet la stimulation du nerf vague dont la seule afférence au niveau de la peau se situe justement sur le tragus et le tympan.

Grâce à notre technique, nous pouvons aussi travailler sur l'habitation, l'acceptation et « déprogrammer » l'interprétation négative du bruit de l'acouphène. Par exemple le patient qui écoute le bruit de son acouphène associé au plaisir crée par les réactions de réalisation d'attentes du système auditif, va progressivement perdre cette charge émotionnelle négative qu'il associe au son produit par son acouphène.

Les effets de la thérapie de l'écoute Tomatis, se mettent en place grâce à la neuroplasticité cérébrale <https://doi.org/10.1111/nyas.14899> .

N'oublions pas tous les effets positifs vibratoires de la musique, reconnus par la FDA (américain Drug association) déjà en 1996 qui sont accentués grâce au vibreur situé sur le casque d'écoute de notre thérapie. Ces effets sont très intéressants pour remettre un système auditif malmené en forme.

Nous observons des patients qui dorment mieux, dont l'envie d'écouter et de réintégrer la société voit peu à peu le jour et la vie peut reprendre plus sereinement, même avec l'acouphène, mais en arrière-plan.

Hannelore Etchebarne, thérapeute en audio-psycho-phonologie selon A.Tomatis

Membre du comité de la NVS www.nvs.swiss

Voir aussi :

Association professionnelle d'audio-psycho-phonologie selon A.Tomatis : www.a-p-p.ch