

# *Le Guide Pratique*

Mieux entendre et communiquer  
tout au long de la vie



# Mieux entendre et Mieux communiquer tout au long de la vie

Le guide pratique

Chers seniors,  
Chers accompagnants,

Que vous soyez un accompagnant familial ou professionnel, ou un senior, vous découvrirez dans ce guide les impacts de la perte de l'audition sur les capacités de communication et d'autonomie. Deux réflexions nouvelles y sont développées : l'une sur l'altération de l'appareil psychique au fur et à mesure de la déficience auditive et l'autre sur l'accompagnement de fin de vie. Il s'agit d'informer sur les réalités que peuvent recouvrir la perte des capacités auditives.

Différentes causes peuvent expliquer la survenue de la déficience auditive mais pour la majorité des individus, la raison principale en est l'usure des cellules sensorielles avec l'âge. Celle-ci commence de plus en plus tôt et est apparente vers 55 ans. Or, en France, l'âge moyen du premier équipement est de 70 ans. Entre 55 et 70 ans, la perte de l'audition n'a pas été gérée. De surcroît, en France, seulement 7% des personnes malentendantes portent des aides auditives. A ce jour, 1 Français sur 2 n'a jamais réalisé de bilan auditif. Un grand nombre de seniors du grand âge voit donc sa santé et son système psycho-comportemental affecté par la déficience sensorielle auditive.

Le Guide pratique «Mieux entendre et mieux communiquer tout au long de la vie » a été pensé par les membres du Comité scientifique de l'association JNA pour expliquer simplement les enjeux de la santé auditive. Il s'agit également d'apporter des réponses concrètes aux accompagnants et de les soutenir dans ce travail à la fois humainement riche et éreintant.

Bonne lecture à tous,

Jean Stanko,  
Président de l'association JNA  
[www.journee-audition.org](http://www.journee-audition.org)



## SOMMAIRE

### Partie 1 : Bien entendre pour bien communiquer, Comprendre les mécanismes de l'audition

1/ L'oreille, son fonctionnement, sa fragilité .....	p.4
2/ les fonctions de l'audition .....	p.5
3/ La parole .....	p.6
4/ la voix .....	p.6
Clé de réflexion : Vouloir ou pouvoir ? .....	p.6

### Partie 2 : Etre senior du grand âge et s'épanouir malgré la perte de l'audition

1/ Je conserve de bonnes capacités auditives : le cercle vertueux de l'audition .....	p.7
2/ Je garde mon libre arbitre tant que mes capacités neurologiques me le permettent ..	p.7
3/ J'entraîne mes différentes aires cérébrales sensorielles .....	p.9

### Partie 3 : Prendre soin d'une personne âgée malentendante Comment entretenir le contact relationnel ?

1/ Intégrer le bilan auditif dans le suivi médical personnalisé .....	p.10
2/ Prendre en compte le changement dans la structuration de l'appareil psychique ...	p.10
3/ Développer les suivis médicaux personnalisés pluridisciplinaires .....	p.11
4/ Prendre en compte l'angoisse liée à la surdité pour sécuriser le senior .....	p.11
5/ Bien accompagner les seniors du grand âge équipés d'aides auditives .....	p.12
Réflexion : Que faire des aides auditives lors de l'accompagnement de fin de vie	

### Partie 4 : Faciliter la vie collective au sein des établissements et du domicile

1/ Equiper l'établissement ou le domicile d'aides techniques .....	p.13
2/ Mieux former les personnels à la relation spécifique aux malentendants .....	p.14
3/ Développer « L'accueil » dans les établissements .....	p.14

Informations pratiques .....	p.15
------------------------------	------

# PARTIE 1

## BIEN ENTENDRE POUR BIEN COMMUNIQUER ET COMPRENDRE LES MECANISMES DE L'AUDITION

### 1) L'oreille : son fonctionnement, sa fragilité

Notre système auditif est régi par un mécanisme ingénieux comprenant une partie mécanique (l'oreille moyenne) et une partie électrique (l'oreille interne). Nos capacités auditives et de communication sont dépendantes de l'intégrité de ces parties.

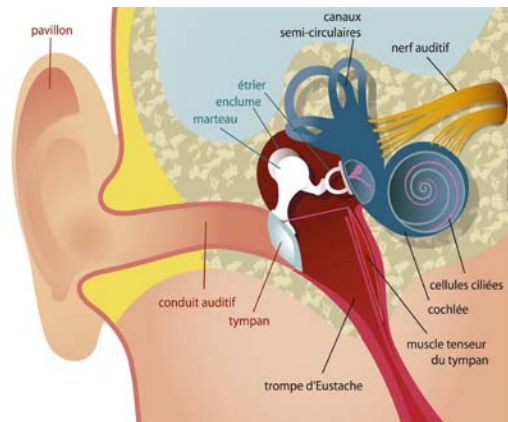
« Ne pas voir sépare  
l'homme des choses,  
Ne pas entendre sépare  
l'homme de l'homme »  
Emmanuel Kant

Tout d'abord, le pavillon va servir d'intermédiaire entre le dedans et le dehors. Il capte les sons et les amène au tympan par le conduit auditif.

#### La partie mécanique :

Dès que l'onde fait vibrer le tympan, elle met en mouvement l'enclume puis l'étrier. Grâce à cette mécanique, l'onde est amplifiée.

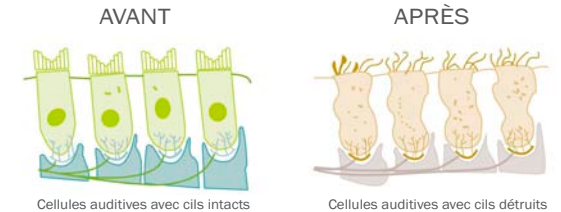
L'étrier est relié à la cochlée, en colimaçon, dans laquelle il y a un liquide où baignent des petits cils, les cellules ciliées (appelées cellules sensorielles). C'est là qu'intervient le processus électrique de l'oreille.



#### La partie électrique :

En vibrant, les cellules ciliées vont envoyer des décharges électriques (les influx nerveux) au cerveau par le nerf auditif. Le cerveau va alors interpréter le son. Celles placées à l'entrée de la cochlée sont sensibles aux aigus et celles positionnées en haut de la cochlée, aux graves. L'oreille, les voies nerveuses et les aires auditives du cerveau forment le système auditif.

Seulement 15 000 cellules sensorielles dans chacune des oreilles !  
A ce jour, nous ne savons ni les guérir, ni les remplacer.



### 2) Les fonctions de l'audition

#### L'audition a pour fonctions :

La communication audio-verbale entre êtres humains est essentielle et la compréhension de la parole est le premier objectif de réhabilitation auditive.

La fonction d'alerte constitue un élément primordial du handicap constitué par la déficience auditive. L'ouïe est le dispositif d'alerte à courte distance le plus efficace du monde animal. Elle participe aux mécanismes de défense liés à l'instinct de survie.

Le contrôle de la parole est régi par une boucle audio-phonatoire ; sorte de circuit de contre-réaction qui permet à un sujet de contrôler en permanence l'émission de sa propre voix. L'interruption de cette boucle provoque des troubles de l'émission vocale.

L'audition procure des émotions et des plaisirs d'ordre culturel et esthétique par la parole et la musique.



« La voix est le reflet de l'homme »  
Platon

### 3) La parole

L'audition est la faculté de percevoir, reconnaître et comprendre le monde sonore. Mais ensuite, il est nécessaire de les localiser et généralement en même temps, de les reconnaître, de leur donner du sens.

Ce « travail » se fait après traitement des informations sonores dont l'oreille va analyser les caractères physiques : hauteur et fréquence des sons ; intensité des sons ; durée de l'émission.

Dans la plupart des cas, en dehors des maladies dégénératives ou de maladies cérébrales, seule, la perception auditive est incorrecte, entraînant un décodage forcément incomplet et des erreurs ou des insuffisances dans l'information auditive.

### 4) La voix

La production de la voix est le résultat de la mise en jeu simultanée de plusieurs structures. En effet, l'émission vocale nécessite un flux d'air provenant de nos poumons, qui traverse un vibreur, le larynx, capable de générer un son de fréquence fondamentale variable, puis des résonateurs qui modifie sa composition en fréquences harmoniques. La surdité affecte la voix, aussi bien pour son émission que pour sa réception.

A partir du stade de déficit moyen (40 à 70 dB de perte) la reconnaissance des phénomènes peut être perturbée, à l'origine de confusions, rendant la compréhension de la parole difficile, surtout dans le bruit. Au-delà, la surdité sévère ou profonde (au-delà de 70 dB) rend quasiment nulle, toute identification phonémique.

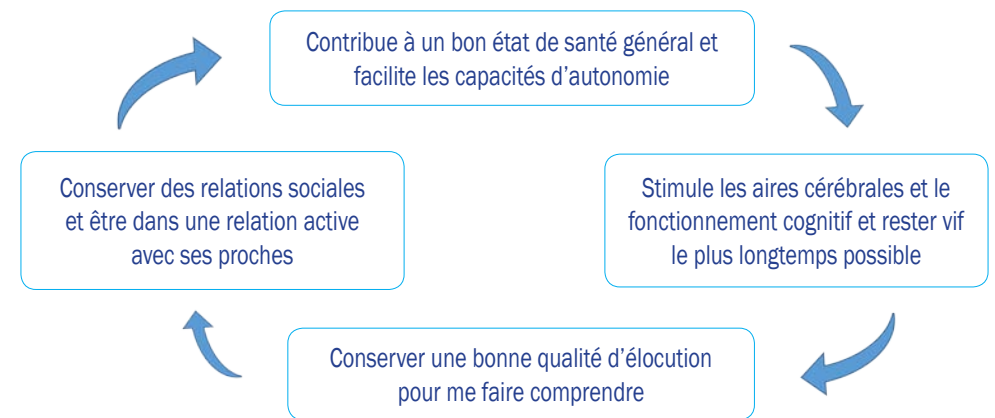
### Vouloir ou pouvoir ?

Seul un examen précis réalisé par un médecin ORL permet d'établir un bilan des capacités auditives à date et de mettre en place les solutions de compensation personnalisées adaptées. Gr ce à ce bilan, il sera possible d'établir les possibilités du senior, au-delà de sa seule volonté.

#### La perte de l'audition n'est pas une fatalité.

La perte de l'audition est insidieuse. Autres caractéristiques : elle est évolutive et rarement symétrique (même niveau de perte sur les deux oreilles). A partir de 55 ans, le phénomène de presbyacousie – perte naturelle liée à l'âge – apparaît. Des solutions existent pour en pallier les impacts sur la santé. Comment ?

### 1) Je conserve de bonnes capacités auditives : le cercle vertueux de l'audition



### 2) Je garde mon libre arbitre tant que mes capacités neurologiques me le permettent

La déficience sensorielle est bien souvent considérée comme inéluctable. Cette vision fataliste met en péril le libre arbitre de la personne. Voici quelques conseils pour garder le contrôle de sa vie malgré la perte des capacités auditives :

**CONSEIL n à 1 :** Je fais un bilan régulier de mon audition

Je demande un bilan auditif à mon médecin traitant ou au médecin cadre si je vis en établissement ou en résidence médicalisée.

**CONSEIL n° 2 :** Je signale les alertes signifiant ma gêne auditive

Les éléments qui peuvent signaler ma gêne auditive :

Je fais souvent répéter • Je ne comprends pas mon interlocuteur et je décroche de la conversation comme si ce qu'il me dit ne m'intéressait pas • Je ne comprends pas les intervenants à la télévision • Je me sens vite fatigué au cours d'un atelier au club ou à la résidence • Je suis vite agacé et j'ai envie d'interrompre l'échange • Je ris par mimétisme alors que je n'ai pas compris les conversations...



**CONSEIL n° 3 :** Je mets en place des comportements positifs pour rester actif et communiquer • Je ne parle pas d'une pièce à l'autre • Je regarde mon interlocuteur bien en face lorsque je parle • Je fais l'effort de bien articuler quand je parle • Je prends le temps de comprendre • Je ne pense pas à haute voix • J'évite de converser dans le bruit • je mange plus nerveusement qu'auparavant • je fais l'effort de continuer mes activités habituelles et les repas

de famille en mettant en place des stratégies pour bien communiquer • j'entretiens mes différents sens le plus tôt possible

**CONSEIL n° 4 :** Je m'informe des solutions existantes et le cas échéant je m'équipe d'aides auditives

Je travaille la diction grâce à une bonne articulation • J'apprends le langage labial • Je m'équipe d'aides auditives : des simples assistants d'écoute (en vente en pharmacie) aux aides auditives évolutives en fonction de mes besoins (sur prescription médicale auprès des audioprothésistes) • Je me renseigne auprès de ma mutuelle, de ma caisse de retraite et de ma caisse de retraite complémentaire, de la MDPH de l'ensemble des prises en charges possibles, fonction de mon niveau de surdité.

Dans tous les cas, parlez-en avec votre médecin traitant, médecin ORL ou le médecin rattaché à l'établissement de votre lieu de vie et consultez les sites informatifs sur internet.

**CONSEIL n° 5 :** Je mets en place un accompagnement psychologique lorsque cela devient difficile à assumer

La perte de l'audition est une véritable mue de soi-même. Il s'agit d'accepter de ne plus être comme avant et de transformer cette transition d'un soi vers un autre soi. Pour autant, être senior et continuer de s'épanouir c'est possible.

Pour cela, il est nécessaire : d'empêcher la nostalgie de se transformer en mélancolie

- de développer une philosophie de vie positive
- de rester actif dans les choix qui concernent sa santé en s'informant de toutes les solutions qui existent pour apporter du confort
- de considérer que certaines de ces solutions font partie de dispositifs médicaux nécessaires et non de la « coquetterie sociale »

### 3) J'entraîne mes différentes aires cérébrales sensorielles

Grâce à la plasticité cérébrale, le cerveau modifie l'organisation de ses réseaux de neurones en fonction des expériences vécues par l'organisme. Elle est à la base du processus de mémoire et d'apprentissage, mais intervient également parfois pour compenser les effets de lésions cérébrales en aménageant de nouveaux réseaux.



Il est donc important d'entraîner à tout âge ses différentes aires cérébrales en se confrontant à différentes expériences sensorielles.

## PARTIE 3

### PRENDRE SOIN D'UNE PERSONNE AGÉE MALENTENDANTE

#### Comment entretenir le contact relationnel ?



La perte des capacités auditives influe sur le schéma relationnel de la personne malentendante. Plus profondément, elle impacte la structuration psychique et comportementale en modifiant les états d'être en relation avec soi-même et avec autrui.

Ces changements dépendront non seulement du parcours de santé de la personne, de la prise en charge de la déficience auditive, de la mise en place ou non de solutions de compensation, du moment de leur survenue au regard du niveau de perte déjà atteint.

1) Intégrer le bilan auditif dans le suivi santé

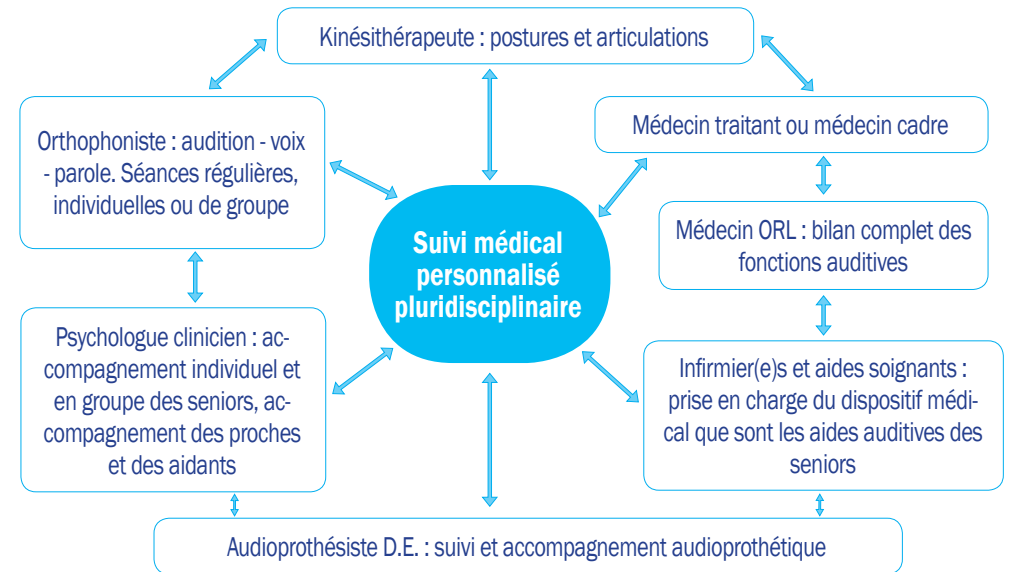
#### 1) Intégrer le bilan auditif dans le suivi santé

L'état du système auditif est l'un des éléments de la santé générale du senior. Il est important d'intégrer un bilan ORL complet lors de toute prise en charge médicale personnalisée puis tous les 2 ans.

#### 2) Prendre en compte les changements dans la structuration de l'appareil psychique du senior

Au fur et à mesure de l'aggravation de la déficience, un mécanisme psychique se met en place. Un « état de veille » caractérise cet état avec une perte associée de repérage spacio-temporel. Les patients décrivent cet espace comme un « No man's land » psychique, une absence. L'activation de ce mécanisme se fait par réflexe. Différentes causes possibles : l'oisiveté, l'insuffisance de stimulations intellectuelles et sociales, l'ennui, la mélancolie liée à la nostalgie, la perte du goût de la vie, le déni de son état physique, le déni de la douleur de s'en remettre aux autres pour les soins, la fuite de la douleur émotionnelle et physique.

#### 3) Développer les suivis médicaux personnalisés pluridisciplinaires pour un meilleur accompagnement



#### 4) Prendre en compte l'angoisse du senior du grand âge dans la communication verbale pour le sécuriser

Les possibilités de relation via le mode de la communication verbale vont dépendre des stratégies de compensations développées par la personne pour gérer les effets de la déficience. Quelques astuces pour faciliter la relation et créer un climat plus sécure :

alerter de sa présence par des rituels • associer la gestuelle à la parole pour indiquer que l'on parle • parler face à la personne en articulant bien et en réduisant le rythme de diction • installer le senior de manière à ce qu'il puisse voir les personnes qui entrent dans son espace • Réduire les bruits parasites même pendant la toilette • développer la communication écrite

Dans tous les cas, s'appuyer de l'écrit peut apporter un confort non négligeable.

## 5) Bien accompagner des seniors du grand âge équipés d'aides auditives

Les capacités à entendre du senior du grand âge vont dépendre des cellules sensorielles encore en activité. Le réglage audio-prothétique s'appuie sur les restes auditifs pour les optimiser par l'amplification des sons. Les aides auditives ne lui permettent pas d'entendre comme une personne normo-entendante.

Au quotidien, la manipulation des appareils peut être rendue difficile par la perte de sensibilité dans les doigts et celle du repérage dans l'espace. Un relais est bien souvent nécessaire. Quelques conseils :

- 1/ allumer – éteindre l'aide auditive en ouvrant ou fermant le tiroir à pile. Les piles se changent toutes les semaines.
- 2/ repérer l'aide auditive programmée pour l'oreille droite et celle programmée pour l'oreille gauche grâce au système de couleur et à la courbure des tubes.
- 3/ positionner l'aide auditive. Introduire l'embout dans le conduit. Puis la coque de l'aide auditive derrière l'oreille. Le tube transparent contourne le pavillon et permet de plaquer la coque contre l'oreille. Enfin, un petit fil appelé « virgule d'épaulement » se bloque à l'intérieur du pavillon de l'oreille et bloque le tuyau dans le conduit.

Si irritation du conduit auditif, penser au cérumen (voir avec médecin), au poil de l'oreille ou vérifier que les embouts sont encore bien adaptés.

Si l'appareil siffle (effet Larsen), vérifier que l'embout est bien mis en place. Si le sifflement persiste, l'intervention de l'audioprothésiste D.E est nécessaire. Seul le médecin ORL est habilité à effectuer une prescription pour le changement des appareils auditifs.

### Réflexion : Que faire des aides auditives lors de l'accompagnement de fin de vie ?

Tant que le degré de conscience de la personne le permet, la communication orale contribue au soutien moral. Il est donc important de conserver tout élément susceptible d'accompagner la personne à travers une démarche d'apaisement.



### Facilité la vie collective au sein des établissements ou du domicile

« Bien que les aides auditives et les solutions de compensation ne permettent pas à la personne de retrouver une audition comme des normo-entendants, elles participent à un dispositif médical apportant un confort, une possibilité de rester en contact le plus longtemps possible. La relation sociale est la plus puissante des stimulations. »

## 1) Equiper les établissements ou le domicile d'aides techniques

Les aides techniques facilitent la vie individuelle et collective. Elles existent pour apporter du confort au malentendant mais aussi de rendre la vie sonore supportable pour les proches et les accompagnants.

### Les systèmes compensateurs ou vibratoires :

La plupart des seniors du grand âge ne perçoivent plus certains sons. On est alors obligé de remplacer ces stimuli par des informations alertant d'autres sens.

- 1/ Les avertisseurs utilisant les vibrateurs et flashes lumineux.
- 2/ La transcription de texte. Des systèmes collectifs de transcription de texte en simultané peuvent être développés dans les établissements.
- 3/ Les amplificateurs acoustiques. Les systèmes sans fil à infra-rouge ou à hautes fréquences permettent à l'utilisateur de se déplacer tout en écoutant la TV.

### Les systèmes améliorant l'utilisation des aides auditives :

Pour la plupart des appareils auditifs, il existe une fonction accessoire qui permet de relier directement l'amplificateur de l'aide auditive avec la source d'émission, voix trop faible ou trop basse du téléphone, sonorité trop bruyante et résonnante d'un haut-parleur... la position « T » (boucle magnétique) ou la position « Audio » des aides auditives.

**1/ La boucle magnétique.** Grâce à câble autour de la pièce pour créer un champ magnétique, le son arrive directement dans l'aides auditives sans être parasité par les bruits ambiants ou la résonance du lieu.

## 2/ Le système « Bluetooth », systèmes FM ou Haute Fréquence

Ces systèmes permettent de court-circuiter les microphones et évitent les bruits ambiants et les réverbérations qui nuisent à une bonne discrimination de la parole. Les micros des émetteurs (télévision, autoradio, téléphone mobile...) vont transmettre le son directement sur les aides auditives (une télécommande) ou directement intégré aux appareils de correction auditive grâce au système « blue tooth ».

## 2) Mieux former les personnels à la relations spécifique aux malentendants

La santé auditive est un enjeu de santé publique du plus jeune âge au grand âge. Chez les seniors, il s'agit d'un levier contribuant à repousser la perte d'autonomie. Les formations doivent viser à intégrer la santé auditive dans les suivis médicaux personnalisés.

Les impacts de la déficience auditive sont transversaux et déséquilibre l'état général de santé du senior. Bien les repérer facilite la mise en place de solutions personnalisées pour un meilleur accompagnement de la personne.

Enfin, l'accompagnement des seniors du grand âge est éprouvant émotionnellement. Il serait intéressant de développer des espaces de ressourcement et de soutien destinés aux aidants et professionnels de santé. Les différents programmes dédiés aux aidants tendent à organiser des soutiens. Et sur inspiration nord-américaine, une première maison du répit est en cours d'ouverture en région Rhône-Alpes.

## 3) Développer « L'accueilance » dans l'accompagnement

Se rendre disponible collectivement et individuellement dans la relation de soin interpelle autant le moi-groupe que l'individu. En effet, au cœur de la relation se situe non seulement l'intention sociologique définie par le cadre d'intervention, mais également l'intention portée par le moi-profond de chacun. Une meilleure compréhension de cette intention permet d'avoir conscience de ce qui se réalise du quant-à-soi dans la relation. Peut-être est-ce là une des clés de réponse à la différenciation entre « passer du temps avec » et « être disponible à ».

## INFORMATIONS PRATIQUES

### Numéros utiles :

3977 : Numéro national d'aide aux personnes âgées et aux personnes handicapées victimes de maltraitance

114 : un numéro d'urgence au service des personnes ayant des difficultés à parler ou à entendre (sourds malentendants, aphasiques, dysphasiques).

### Adresse utiles :

Fédération nationale des aidants et des accueillants familiaux :

- [www.fnaaf.org](http://www.fnaaf.org)  
- 05 56 42 78 28

UNA, Union Nationale de l'Aide, des Soins et des Services aux Domiciles :

- [www.una.fr](http://www.una.fr)  
- 01 49 23 82 52

Fondation France Répit :

- [www.france-repit.fr](http://www.france-repit.fr)  
- 06 07 42 82 91

### Associations représentatives dans le domaine l'audition :

ACFOS (Action Connaissance Formation pour la Surdité) :

- [www.acfos.org](http://www.acfos.org)  
- 09 50 24 27 87

AICHB (Association des Implantés Cochl aires de l'Hôpital Beaujon) :

- 02 54 22 35 30

AIFIC (Association d'Ile-de-France des Implantés Cochl aires) :

- [www.aific.fr](http://www.aific.fr)

ALPC (Association nationale pour la promotion et le développement de la Langue française Parlée Complétée) :

- [www.alpc.asso.fr](http://www.alpc.asso.fr)  
- 01 45 79 14 04

APTA (Association de Prévention des Traumatismes Auditif) :

- [www.audition-prevention.org](http://www.audition-prevention.org)  
- 06 64 12 77 93

ARDDS (Association de réadaptation et défense des devenus-sourds) :

- [www.ardds.org](http://www.ardds.org)

ARPADA ILE DE France (Association Régionale de Parents et Amis de Déficients Auditifs) :

- [www.arpada-idf.org](http://www.arpada-idf.org)  
- 01 53 32 39 39

ASSOCIATION JNA (Journée Nationale de l'Audition) :

- [www.journee-audition.org](http://www.journee-audition.org)  
- 04 72 41 88 50

AUDIO ILE DE France

BUCODES :

- [www.surdifrance.org](http://www.surdifrance.org)  
- 09 72 45 69 85

CISIC (Centre d'Information sur l'Implant Cochléaire) :

- [www.cisic.fr](http://www.cisic.fr)



# Ce guide pratique a été réalisé par l'Association JNA

Journée Nationale de l'Audition pour l'information  
et la prévention dans le domaine de l'audition

Avec le concours de ses partenaires



Association JNA - Journée Nationale de l'Audition • 20, avenue Paul Doumer 69160 Tassin la Demi-Lune  
Tél. 04 72 41 88 50 • Fax 04 78 37 32 90 • e-mail : [jna@journee-audition.org](mailto:jna@journee-audition.org)

La Journée Nationale de l'Audition est une association régie par la loi et le décret de 1901 • N° de déclaration en Préfecture : W692001039



EDITIONS

[www.journee-audition.org](http://www.journee-audition.org)