

Ces bruits fantômes qui vous pourrissent la vie

1 message

Docteur Willem <drwillem@lettre-medecin-sante.com>
À : MATTHIEU LOPEZ <CONTACT@osteokinergie.com>

19 décembre 2017 à 11:08



Pour vous inscrire, **rendez-vous ici**.
Pour vous désinscrire : [cliquez-ici](#)

Ces bruits fantômes qui vous pourrissent la vie

Chère amie, cher ami,

Tout le monde, un jour ou l'autre, a connu la désagréable sensation d'oreilles qui sifflent ou bourdonnent. Ce sont les terribles acouphènes.

Or, cet inconvénient momentané peut se transformer en calvaire pour des milliers d'individus qui en souffrent quotidiennement, nuit et jour.

L'acouphène est une sensation auditive, sous forme de bourdonnement, de grésillement, de ronflement, de sifflement ou de tintement de cloche, au niveau d'une oreille, des yeux, ou de la tête.

Ce problème semble concerner 15 % de la population. Il apparaît essentiellement après 40 ans. Il s'accompagne souvent d'une diminution de l'audition.

Les acouphènes surviennent à tout âge, mais souvent après la cinquantaine. Ils peuvent cependant apparaître après un stress, une exposition à un bruit court mais très violent ou prolongé très longtemps, une dépression.

Lorsqu'un acouphène apparaît, il faut faire un bilan ORL et immédiatement penser aux dents et à l'articulé dentaire, car le moindre déséquilibre peut entraîner ce genre de problème.

Des bruits fantômes, vraiment ?

Dans la plupart des cas, il s'agit d'un acouphène purement subjectif : le bilan ORL ne décèle généralement aucune cause, c'est pourquoi les Anglo-Saxons parlent de « *phantom auditory perception* » : une perception auditive fantôme !

On ne peut déterminer une véritable cause que dans 5 % des cas.

La cause la plus fréquente est l'exposition au bruit qui atteint en premier les hautes fréquences. C'est le cas pour certaines professions exposées, mais aussi certains loisirs : tir, chasse, mais aussi les concerts et l'abus des écouteurs.

Deux types d'atteintes sont possibles :

- une atteinte unilatérale est due à une atteinte de l'oreille externe ou moyenne : otite, catarrhe tubaire (obstruction de la trompe d'Eustache dans les fosses nasales, soit d'origine infectieuse, soit d'origine allergique), sinusite. Il faut

aussi éliminer l'éventualité d'une tumeur du nerf auditif.

- une atteinte bilatérale signe soit une atteinte des deux oreilles internes (rare), soit une lésion au niveau du cortex cérébral ou une atteinte des nerfs transmetteurs de l'information. Il faut éliminer une hypertension artérielle.

Et si c'était un simple bouchon de cérumen ?

Il se peut que le fautif soit plus simplement un bouchon de cérumen, cette cire molle et grasse sécrétée par les glandes sébacées qui tapisse le conduit auditif externe reliant le pavillon de l'oreille au tympan. Il joue avant tout un rôle protecteur, car il forme un système autonettoyant qui piège les corps étrangers, les poussières et les germes pour les évacuer vers l'extérieur.

Parfois, la subtile machine de l'oreille se dérègle : le cérumen s'accumule, durcit et forme un bouchon.

Nombre d'acouphènes relèvent de ce désordre qui altère l'acuité auditive, provoque des bourdonnements et autres sifflements ou irritations du conduit. Une touffe de poils formant une barrière, une otite, un rhume important, le port d'une prothèse ou même parfois un conduit trop fin, peuvent entraîner la formation d'un tel bouchon.

Gare aux médicaments

Il existe également des acouphènes dus à des atteintes toxiques (aspirine, quinine, certains antibiotiques, oxyde de carbone), à des maladies cardio-vasculaires (HTA, anévrisme), à des troubles généraux (anémie, hypothyroïdie).

Attention aux médicaments allopathiques tels que :

- certains antibiotiques,
- les contraceptifs oraux,
- les diurétiques,
- l'aspirine (en traitement prolongé),
- la quinine et ses dérivés,
- les barbituriques,
- les anesthésies générales : prévenir l'anesthésiste.

Alors, que faire ?

Il faut d'abord écarter le diagnostic d'une tumeur cérébrale ou d'une hypertension artérielle.

Comme pour les vertiges, il est nécessaire de dégager les cervicales (manipulations vertébrales ou ostéopathie), car les tensions musculaires du cou bloquent la circulation dans l'oreille interne et provoquent une hypertension du liquide labyrinthique.

Faites l'expérience suivante : contractez très fort vos mâchoires et votre cou, vous provoquez un bruissement dans vos oreilles.

Mettez vos cotons-tiges à la poubelle...

N'utilisez pas de cotons tiges qui pourraient provoquer l'effet inverse de celui recherché en repoussant et agglomérant le cérumen au fond du conduit auditif.

N'utilisez surtout pas de cure-oreilles rigides, d'épingles à cheveux, d'allumettes et encore moins un stylo...

Évitez les nettoyages trop violents ou intempestifs qui risqueraient de provoquer une perforation du tympan douloureuse et susceptible d'entraîner la surdité. Surtout chez les enfants !

Essayez plutôt les huiles essentielles !

Là encore, la puissance des huiles essentielles peut faire des merveilles. Je vous recommande ici deux mélanges intéressants à appliquer autour de l'oreille.

Formule 1 :

- Estragon 1 ml
- Hélichryse italienne 1 ml
- Petit grain bigarade 1 ml

2 à 3 gouttes du mélange en application locale périauriculaire 3 fois par jour, 10 jours.

Formule 2 :

- HE Cyprès 1 ml
- HE Basilic 1 ml
- HE Lentisque pistachier 1 ml
- HV Macadamia 5 ml

En application sur le pourtour de l'oreille, 3 massages.

Et puis, très important, laissez vos oreilles se reposer : offrez quelques moments de calme et de plénitude, raccrochez le téléphone, fermez les portes, éteignez la télévision... Écouter simplement le chant des oiseaux ou d'un ruisseau qui coule lentement !

Portez-vous bien !

Dr Jean-Pierre Willem

Cette lettre vous a plu ? Partagez la !

N'hésitez pas à transférer cette lettre à un ami ou à un proche. Vous pouvez aussi la partager sur :



Vous n'êtes pas abonné ? Inscrivez-vous !

Pour vous abonner gratuitement à La Lettre du Dr Willem, merci de vous rendre sur [cette page](#).

Vous avez un commentaire ? Réagissez !

Pour poster un commentaire, merci de vous rendre sur **cette page**.

Si vous n'êtes pas déjà inscrit pour recevoir La Lettre du Dr Willem, vous pouvez **vous inscrire en cliquant sur ce lien**.

Pour être sûr de bien recevoir La Lettre du Dr Willem à chaque envoi, et éviter qu'elle ne se perde dans votre boîte e-mail, merci de bien vouloir **visiter la page suivante**.

Vous ne souhaitez plus recevoir gratuitement La Lettre du Dr Willem ? **Cliquez sur ce lien pour vous désinscrire**