

La presbyacousie est une diminution de l'audition liée à l'âge.

Cette situation est **irréversible**, mais il est possible de **ralentir** sa progression.

Les conseils suivants peuvent vous aider à préserver vos oreilles et à ralentir la progression de la presbyacousie :

- **Évitez d'utiliser des cotons-tiges.**
- N'exposez pas vos oreilles à des bruits ou des sons forts.
- Évitez de mettre la tête sous l'eau trop longtemps et séchez bien vos oreilles.
- En cas d'utilisation d'écouteurs (musique, téléphone portable, etc.):
 - Réglez le volume à la moitié du volume maximum possible.
 - N'essayez pas de couvrir les bruits extérieurs avec de la musique.
 - Utilisez un casque homologué ou les écouteurs fournis avec le baladeur / l'appareil électronique utilisé (ils ne dépassent pas les 100 décibels).
 - Limitez la durée d'écoute.
- Dans un contexte professionnel bruyant, portez des protections adaptées (bouchons d'oreilles, casque réducteur de bruit, etc.) .

Afin de faciliter votre quotidien :

- Privilégiez les moyens de communication écrits (e-mails, SMS...).
- Activez les sous-titres lors du visionnage de contenu audiovisuel.
- En fonction de l'évolution de votre audition, un appareillage pourra vous être proposé.
- Ne manquez pas les rendez-vous de suivi de votre audition.

Pour en savoir plus sur la presbyacousie, **scannez le QR code.**



Presbyacousie - Info
ORL - Vidéo
YouTube



Aides auditives :
quelle prise en
charge ? - Ameli



Financement des
appareils auditifs -
Surdi.info