



**Préservons notre
audition tout au
long de notre vie**

Mgéfi
groupe matmut

PRÉVENTION

En France, 10 millions de personnes souffrent de problèmes d'audition, soit 16 % de la population.

Plus de la moitié d'entre-elles connaît des répercussions sur sa vie quotidienne.

Si, après 50 ans, une personne sur trois rencontre des difficultés auditives, et plus d'une sur deux après 80 ans*, ce problème n'est pas spécifique aux séniors et il est très important de préserver son audition dès le plus jeune âge. L'écoute de musique trop forte, les concerts ou les sorties en discothèque sans bouchons d'oreilles font des jeunes les prochaines victimes de la perte auditive.

Ce guide vous accompagne pour comprendre le fonctionnement de l'audition, connaître les bases de la prévention, vous éclairer sur les différentes solutions face à la perte d'audition et la prise en charge de l'appareillage. En somme, répondre à vos questions !

*source : Dossier solidarité et santé « Vivre avec des difficultés d'audition », publié par la DRESS.

“il est très important de préserver son audition dès le plus jeune âge.”



SOMMAIRE

- 4 | Comprendre le système auditif**
- 6 | Les risques de surdité tout au long de la vie**
- 8 | Les risques auditifs en milieu professionnel**
- 9 | Les solutions et conseils pour bien entendre**
- 10 | Quels signaux doivent nous alerter ?**
- 11 | Les différents types d'aide auditive**
- 12 | La prise en charge**
- 14 | Santéclair partenaire de la Mgéfi**

Comprendre le système auditif

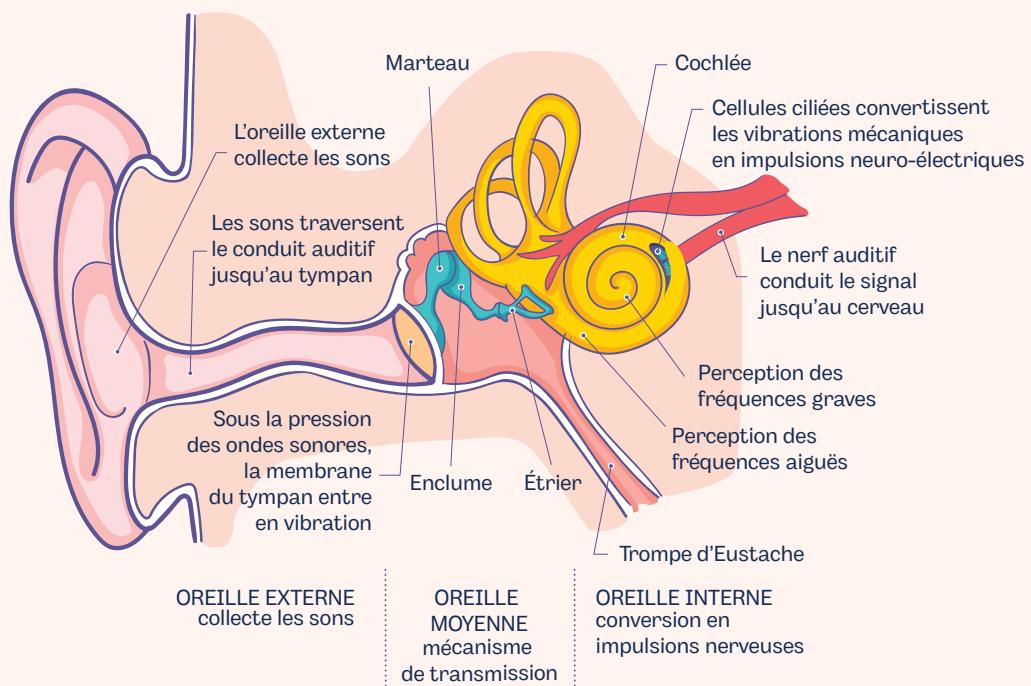
Nos oreilles sont précieuses... et fragiles !

Les connaissez-vous bien ?

L'oreille est l'un des organes les plus complexes du corps humain. Elle permet de

recevoir et transmettre les ondes sonores jusqu'au cerveau via le nerf auditif. Elle se compose de l'oreille externe, moyenne et interne, et joue un rôle essentiel dans l'audition, l'équilibre et l'orientation spatiale.

Comment fonctionnent nos oreilles ?



Source : FNMF

Notre environnement sonore

Le son est produit par la vibration d'un corps solide, liquide ou gazeux qui constitue la source sonore. Il se caractérise par son intensité, que l'on mesure en décibels (dB) et par sa fréquence (grave-aigu) qui s'exprime en Hertz (Hz).



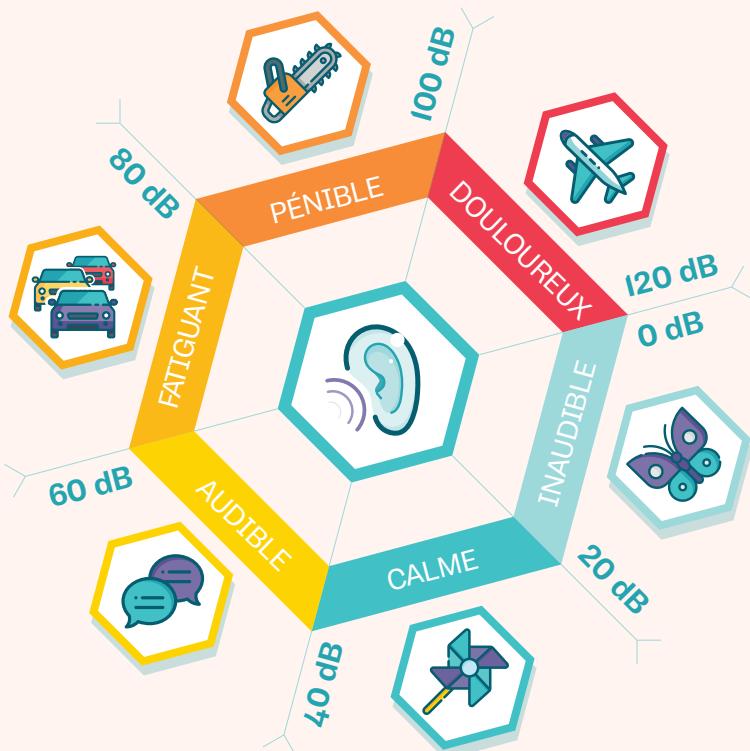
Le saviez-vous ?

Lors d'une exposition à 85 dB et plus :

- Il est difficile de soutenir une conversation sans crier à un mètre de son interlocuteur
- Le son émis par des écouteurs est distinctement audible par une personne proche de nous

Plus le niveau est élevé et la durée d'exposition est longue, plus le risque est important.

Échelle des décibels (dB)



Source : FNMF

Les risques de surdité tout au long de la vie



Focus sur la surdité

On parle de perte d'audition lorsqu'une personne n'est pas capable d'entendre aussi bien qu'une personne ayant une audition normale. Elle est classée en 4 niveaux :

- Perte de 20 à 40 dB > surdité légère
- Perte de 40 à 70 dB > surdité moyenne
- Perte de 70 à 90 dB > surdité sévère
- Perte supérieure à 90 dB > surdité profonde

Du fœtus à l'enfant...

Surdité congénitale : en France, 2 bébés sur 1000 naissent sourds (utilisation inappropriée de médicaments pendant la grossesse, faible poids à la naissance, etc.)

Surdité de perception : atteinte de l'oreille interne ou des voies et centres nerveux (méningite, rougeole, rubéole, traumatisme sonore, etc.)

Surdité de transmissions : mauvaise conduction des sons vers l'oreille interne (otite, perforation des tympans, bouchons dans les oreilles, etc.)

Nous possédons environ 15 000 cellules ciliées à la naissance. Précieuses et fragiles, ces cellules sensorielles ne se renouvellent pas. Il est donc nécessaire de les préserver des traumatismes sonores dès le plus jeune âge !

... De l'adolescence à 50 ans...

Accident de la vie courante : tympan perforé (corps étranger, infection, forte détonation, etc.), traumatisme crânien, blessure de l'oreille.

Traumatisme sonore : suite à l'effet d'un bruit très violent, à l'utilisation professionnelle d'appareils bruyants, à l'écoute de musique à un volume élevé ou d'autres bruits intenses.

Infection de l'oreille

Bouchon de cérumen

Pour conserver votre capital auditif, veillez à votre état de fatigue qui peut fragiliser les oreilles. L'alcool et les médicaments rendent par ailleurs moins vigilant. Si vous constatez des sifflements ou une impression de surdité persistant plus de 24h, rendez-vous aux urgences. Les traitements sont plus efficaces lorsqu'ils sont administrés rapidement.



... Au-delà de 50 ans.

On appelle presbyacousie une perte auditive liée à l'âge. Elle débute généralement entre 55 et 65 ans. Cette usure de certaines cellules de l'oreille interne, et particulièrement des cellules qui traitent les sons aigus, affecte notre capacité à comprendre la parole, notamment dans le bruit.

La presbyacousie peut être repérée par une difficulté à comprendre la parole lorsque l'on se trouve en milieu bruyant ou lorsque l'on est éloigné d'une personne qui nous parle. Dès que les premiers signes de gêne sont repérés, le diagnostique de la presbyacousie peut être établi par le médecin ORL après une série de tests auditifs.

En France, 1/4 des plus de 50 ans a un problème d'audition, seuls 4% le corrigent.

Focus

Hyperacousie : se caractérise par une hypersensibilité de l'ouïe à certaines fréquences et se traduit par une diminution du seuil de tolérance aux bruits d'intensité normale.

Acouphène : sensations auditives (siflements, bourdonnements, etc.) que l'on entend « dans son oreille » ou « dans sa tête », sans qu'elles soient provoquées par un son extérieur.

Ces symptômes sont souvent liés à un traumatisme acoustique ou un vieillissement de l'oreille.

Quelles sont les conséquences d'une perte d'audition ?

Elles peuvent être psychologiques, sociales, physiques ou financières :

- Problèmes de concentration (difficulté d'apprentissage, accident du travail, etc.),
- Sentiment de frustration (surtout chez la personne âgée malentendant),
- Maux de tête,
- Isolement, solitude, problèmes de communication avec les autres.

Les risques auditifs en milieu professionnel

La surdité professionnelle se définit comme une altération de la cochlée (partie interne de l'oreille en spirale permettant l'audition), irréversible, consécutive à l'exposition prolongée à des niveaux sonores élevés résultant de l'exercice de la profession.



Le saviez-vous ?

Une perte d'audition peut engendrer de nombreux risques au travail :

- Gêne dans la compréhension orale
- Fatigue, difficultés de concentration et perte de vigilance
- Diminution du potentiel travail

- **80dB : limite réglementaire d'exposition au bruit au travail**
- **20% des salariés sont exposés au bruit**
- **16% des surdités de l'adulte sont dues au contexte professionnel**
- **4^{ème} maladie professionnelle**

Recommandations :

- Utilisations de protecteurs individuels contre le bruit (PICB)
- Surveillance médicale des salariés
- Action sur la source du bruit si cela est possible
- Sensibilisation des salariés

Conséquences de la perte d'audition au travail :

- Fatigue chronique
- Troubles de l'humeur, repli sur soi, isolement, découragement
- Surcharge mentale

Une situation bruyante répétitive va entraîner une multiplication des réponses de l'organisme : stress, fatigue, épuisement...

Focus sur le sommeil

Le bruit altère la structure et la qualité du sommeil. Il peut provoquer des difficultés d'endormissement, des éveils au cours de la nuit et le raccourcissement de certains stades de sommeil.

La dose de bruit quotidienne a aussi une incidence sur le sommeil. On peut passer une mauvaise nuit, même au calme, par le seul fait d'avoir passé la journée dans un environnement bruyant.

Pour un sommeil de qualité, selon les recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé : 30 dB en moyenne dans la chambre.

Améliorer l'isolation acoustique du logement (fenêtres, murs mitoyens avec les voisins, sols...)

Agir sur les équipements individuels (robinetterie, ventilation, etc.)

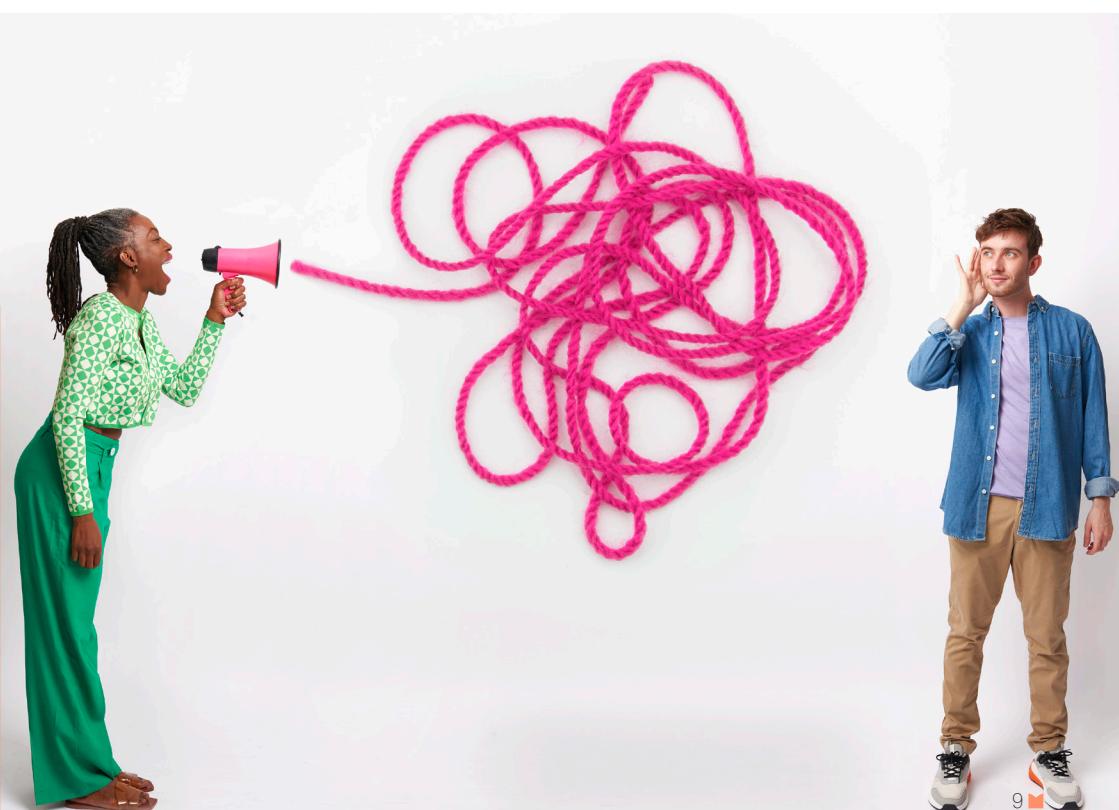


Les solutions et conseils pour bien entendre

Comment protéger son audition ?

Elles peuvent être psychologiques, sociales, physiques ou financières :

- S'éloigner des sources de bruit,
- Porter un casque ou des bouchons d'oreilles lorsque l'on est exposé à des sons intenses (concerts, travaux, etc.),
- Réduire le volume des appareils, notamment ceux en contact direct avec les oreilles (lecteur MP3, téléphone, etc.),
- Ne pas s'endormir avec un fond sonore (musique, télévision, etc.),
- Faire des pauses silencieuses lors d'une exposition continue au bruit et réduire la durée d'exposition,
- Prendre en compte son état de fatigue, qui fragilise les oreilles,
- Lors d'un achat de matériel (électroménager, jardinage...), pensez à comparer les niveaux de dB,
- Ne pas tarder à consulter un spécialiste en cas de doute.



Quels signaux doivent nous alerter ?

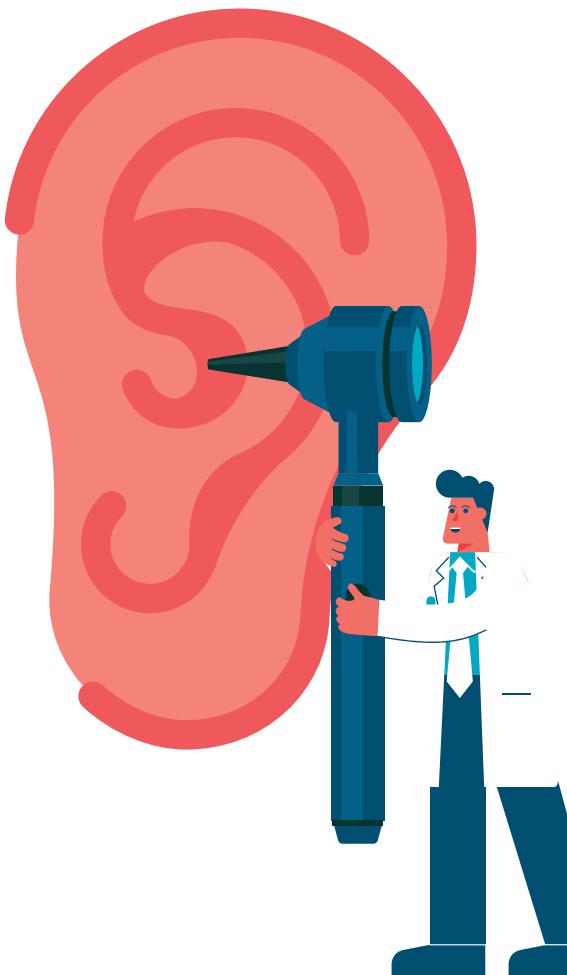
L'un des premiers signes d'une baisse d'audition est une mauvaise compréhension des conversations à plusieurs, lors d'un repas ou d'une réunion par exemple, dans un environnement bruyant ou devant la télévision. Par la suite, lorsque la baisse d'audition se poursuit, on règle le son de la télévision de manière anormalement élevée, on parle souvent un peu trop fort puis on perd le fil des conversations.

Qui consulter ?

- Le médecin généraliste, qui vous orientera vers un ORL si besoin.
- L'oto-rhino-laryngologue (ORL), est un médecin spécialisé dans les maladies du nez, des oreilles, de la gorge et plus largement des pathologies de la tête au cou.
- L'audioprothésiste est le spécialiste des corrections de l'audition. Sur prescription d'un médecin ORL, il procède à l'appareillage des déficiences de l'ouïe.

Le parcours de soins auditifs

Après une consultation chez un médecin généraliste ou un ORL, une première évaluation des besoins doit être effectuée par un audioprothésiste. Il se charge de faire passer un examen, des tests, et de faire des essais. Il propose ensuite des solutions adaptées au patient et remet un devis sur lequel doivent figurer le prix de l'appareillage, le prix des prestations d'adaptation, ainsi que les modalités de prise en charge par l'Assurance Maladie.



Le saviez-vous ?

Il est possible d'effectuer un bilan auditif gratuitement chez un audioprothésiste pour faire un premier état des lieux sur votre audition. Non médical, ce bilan ne permet pas l'essai ou la vente d'aides auditives sur ordonnance.

Les différents types d'aide auditive

Aujourd'hui, les aides auditives sont numériques. Les sons sont amplifiés, plus clairs et plus naturels qu'avec les modèles précédents. Ces appareils sont dotés d'un microprocesseur qui analyse et adapte les sons aux besoins auditifs et à l'environnement du porteur. Pour encore plus de confort, une puce électronique capte les sons via un microphone, puis les retravaille afin de dissocier la parole des bruits parasites (comme le vent, la circulation automobile, les bruits ambients, etc.). L'aide auditive les amplifie ensuite pour les retransmettre par le biais d'un écouteur.

Quel appareil et pour qui ?



→ **Le contour d'oreille classique :** Posé sur l'oreille et relié à un embout fabriqué sur-mesure, il se loge à l'intérieur de celle-ci. De plus en plus petit, ce dispositif offre par des systèmes multi-microphones, des solutions confortables et efficaces dans des ambiances bruyantes et est adapté à tous les types de surdités. Il peut être à pile ou rechargeable.



→ **Le micro-contour à écouteur déporté :** Posé sur l'oreille et relié à un petit tube à l'extrémité duquel se trouve un écouteur placé dans l'oreille, il est très confortable d'utilisation. Il évite la sensation d'oreille bouchée et la déformation de la propre voix du porteur, gage d'une adaptation plus rapide et plus simple. Il est également efficace contre les bruits ambients. Adaptés aux surdités légères à modérées, il assure également la discrétion. Il peut être à pile ou rechargeable.



→ **L'intra auriculaire :** Fabriqué sur-mesure, en une seule petite pièce, il se loge à l'intérieur de l'oreille. Il permet une restitution naturelle des sons. Il ne convient pas aux malentendants atteints de déficiences auditives sévères et est déconseillé aux personnes présentant des problèmes de dextérité. Adapté aux surdités légères et très discret, il n'est disponible qu'en version à piles.

Focus

Deux types d'appareils auditifs sont distingués par l'Assurance Maladie, pour définir le niveau de prise en charge.

Classe I, éligible au 100 % Santé : Il s'agit d'appareils de qualité répondant aux exigences de la réforme 100 % Santé. Ils bénéficient d'une garantie panne pendant 4 ans.

Classe II, soumise aux honoraires libres : Ce sont des appareils de qualité qui intègrent des technologies plus avancées comme le rechargeable, la connectivité voire l'intelligence artificielle. Ils bénéficient, eux aussi, d'une garantie panne de 4 ans.

Quelle que soit la classe de l'appareil, il doit répondre à des caractéristiques précises :

- Système d'amplification
- Directivité du microphone
- Enregistrement des données
- Canaux de réglage
- Programmes manuels ou automatiques
- Réducteur de bruit
- Système anti-larsen
- Indice d'étanchéité

100 % Santé : des équipements sans reste à charge

Depuis le 1^{er} janvier 2021, de nouvelles règles s'appliquent quant au remboursement des aides auditives dans le cadre du 100 % Santé. Il est désormais possible de vous équiper en étant intégralement remboursé !

La mesure distingue deux catégories d'aides auditives :

- Les appareils auditifs de catégorie I, dont le prix de vente est plafonné. Ils sont intégralement remboursés par la Sécurité sociale et la mutuelle.
- Les appareils auditifs de catégorie II, dont les prix sont librement définis par les professionnels, sont remboursés en fonction des garanties souscrites auprès de la mutuelle (voir tableau page I3).

Votre audioprothésiste est tenu de vous proposer un devis pour chaque catégorie.

Les aides auditives concernées par le 100 % Santé

Le panier 100 % Santé inclut toutes les formes d'appareils auditifs. Ils doivent comporter 12 canaux de réglage (pour assurer une adaptation précise à la perte auditive) et au moins 3 des options suivantes, ainsi qu'une garantie d'une durée de 4 ans :

- Réduction de acouphènes
- Connectivité sans fil
- Réduction de bruit du vent
- Synchronisation du son entre les deux oreilles
- Réduction de réverbération
- Directivité microphonique adaptive
- Bande passante élargie supérieure à 6 000 Hz
- Apprentissage de sonie

Depuis le 1^{er} janvier 2021, le prix maximal d'une prothèse a également baissé pour atteindre 1 400 € pour les personnes de moins de 20 ans et 950 € pour les 20 ans et plus.

Important : le renouvellement d'un appareil auditif est pris en charge par la Sécurité sociale tous les 4 ans, à compter de la date de facturation de l'appareil précédent*, même s'il a été remboursé avant 2021. La part mutuelle sera donc versée dans les mêmes conditions.

* Sauf pour les enfants



Aides auditives de catégorie II, quelle prise en charge ?

La Sécurité sociale ne rembourse que peu, ou pas du tout, ces équipements qui sortent du cadre du 100 % Santé. En fonction de la garantie souscrite, la Mgéfi propose une prise en charge des aides auditives.

Pour en savoir plus, consultez le tableau des garanties Mgéfi.

Le saviez-vous ?

Les piles nécessaires au fonctionnement des aides auditives peuvent être prises en charge par l'Assurance Maladie, sur la base d'un nombre limité de piles remboursables annuellement fixé de 3 à 10 paquets de 6 piles selon leur capacité.

PILES 10	PILES 3I2	PILES I3	PILES 675
10 plaquettes	7 plaquettes	5 plaquettes	3 plaquettes
soit 15 €/an	soit 10,50 €/an	soit 7,50 €/an	soit 4,50 €/an

Cette limite de prise en charge est établie pour un appareil auditif. Un assuré portant un appareillage bilatéral peut prétendre à un nombre de piles double par an. La délivrance des piles ne requiert pas l'obtention préalable d'une prescription médicale par l'assuré.

Santéclair partenaire de la Mgéfi

Accédez à notre réseau conventionné en audition

Grâce à votre contrat santé Mgéfi, accédez au réseau conventionné en audition. Avec Santéclair, bénéficiez de tarifs négociés et d'équipements de qualité avec des professionnels de santé reconnus.

Avec le réseau Santéclair, qui rassemble **1 600 audioprothésistes partenaires**, vous bénéficiez :

- Des prix jusqu'à 35 % moins chers sur vos aides auditives⁽¹⁾
- 20 % de remise sur les piles.
- 10 % de remise sur les assistants d'écoute, produits d'entretien, bouchons et accessoires (télécommande, casque TV, chargeur de batterie...).
- Tiers-payant⁽²⁾
- Garantie « Satisfait ou échangé » valable jusqu'à 1 mois après la période d'essai de 30 jours⁽³⁾
- Kit de démarrage offert
- Garantie panne de 4 ans incluse⁽⁴⁾.
- Période d'essai de 30 jours⁽⁵⁾.
- Facilité de paiement du reste à charge éventuel en 3 fois sans frais⁽⁶⁾.
- Suivi illimité de votre appareillage pendant toute sa durée de vie⁽⁷⁾.

Comment retrouver nos audioprothésistes partenaires ?

Rendez-vous sur Mysanteclair.fr ou téléchargez l'application MySantéclair pour profiter de l'ensemble de vos services inclus dans votre contrat santé ou repérez le logo Santéclair apposé sur les vitrines des centres auditifs.



(1) Par rapport aux tarifs habituellement pratiqués hors réseau Santéclair à référence strictement identique (appareils auditifs de classe II). Etude réalisée par Santéclair sur les devis analysés du 1er janvier 2022 au 31 décembre 2022. Comparaison portant sur les 40 références d'appareils les plus vendues. Le pourcentage de réduction varie selon les références d'appareils.

(2) En fonction des garanties prévues par votre contrat de complémentaire santé.

(3) Vous disposez, au-delà de la période d'essai, d'une garantie « satisfait ou échangé » valable un mois après l'achat. En cas d'insatisfaction dans un délai d'un mois après la période d'essai, vous pouvez changer d'équipement.

(4) En cas de panne de l'appareil auditif dans les 4 ans suivant l'achat, l'appareil auditif est réparé ou échangé (à l'identique ou équivalent) si celui-ci ne peut être réparé, sans franchise.

(5) Vous bénéficiez d'une période d'essai gratuite d'au moins 30 jours en situation de vie courante avant toute confirmation d'achat.

(6) (5) Arrêté du 14 novembre 2018 portant modification des modalités de prise en charge des aides auditives et prestations associées au chapitre 3 du titre II de la liste des produits et prestations prévues à l'article L. 165-1 du code de la sécurité sociale.

(6) Services proposés selon les partenaires. Pour connaître les services proposés, consultez la fiche de l'audioprothésiste sur Mysanteclair ou renseignez-vous auprès de l'audioprothésiste.

(7) L'audioprothésiste contrôle, règle et entretient les appareils auditifs après achat durant toute la durée de vie de l'appareil, autant de fois que nécessaire et, sans frais supplémentaires.

(8) Services variables selon les contrats. Vérifiez auprès de votre complémentaire santé les services dont vous bénéficiiez. Les services de coaching sportif et d'achat de lentilles en ligne impliquent des frais complémentaires à votre charge. Hors demandes spécifiques de séances de coaching individuelles facturées en sus pour les coachings tabac, nutrition, sommeil et équilibre bien-être. Google Play et le logo Google Play sont des marques de Google LLC. App Store et le logo App Store sont des marques de Apple Inc.



Besoin de conseils ?



09 69 39 69 29

(Appel gratuit)

Du lundi au vendredi
de 8h30 à 17h



mgefi.fr



Mgéfi

6, rue Bouchardon – CS 50070
75481 Paris Cedex 10



Retrouvez-nous sur



Mgéfi
groupe matmut

