

# Un nouveau moyen pour chasser les acouphènes

3 % de la population occidentale est victime de ces bruits incessants que ceux qui en souffrent sont seuls à entendre.



BelgaImage

**A** longueur d'année, des personnes entendent des bruits, appelés « acouphènes », qui n'existent pas dans la réalité. « Seuls 5 % des cas sont liés à un problème médical à l'oreille. Dans 95 % des cas, en effet, le caractère subjectif de ces bruits ne permet pas aux spécialistes ORL de les mesurer. Les acouphènes attestent alors d'un problème qui viendrait plutôt du cerveau », nous explique Gautier Havelange, ingénieur civil (UCL/KUL) spécialisé en science des matériaux et expert en biorésonance. Les causes de la présence de ces acouphènes sont multiples. D'après la littérature scientifique, environ 35 % d'entre eux proviennent de situations de stress, 25 % sont dus à une surdité partielle (par exemple, les personnes n'entendent pas ou plus les sons aigus, comme le chant des oiseaux) et 12 % sont dus à une surexposition au bruit. Dans ce cas, par exemple à l'issue d'un concert ou après une nuit où l'on a subi le bourdonnement des moustiques, l'acouphène peut être temporaire : l'oreille n'est pas abîmée par le son qui persiste, c'est le cerveau qui sature... « Normalement, l'oreille capte le son – l'onde acoustique –, l'oreille interne le transforme en signal électrique, le cortex le traite par fréquence et ensuite différentes zones (émotions, mémoire, saillance) s'activent pour filtrer l'information et ne garder que les sons qui sont pertinents pour la conscience », explique le chercheur. Ainsi, si vous dialoguez sur fond de bruit de ventilation, en fonction de votre émotion, votre cerveau vous fera entendre plutôt la voix de votre interlocuteur ou plutôt le bruit du ventilateur (si le fait que celui-ci vous agace prend le dessus sur le plaisir de la conversation). Lorsqu'on a un acouphène d'origine émotionnelle, le cortex reste en état d'excitation à certaines fréquences (tonalité), ce qui donne la sensation d'un son. Cet état est

entretenu par une émotion désagréable apparue lors d'une situation stressante ou d'un événement traumatique (par exemple l'alarme incendie de la maison qui a donné un sentiment d'insécurité). Le stress que l'on a subi fait persister le son dans notre tête.

### SOIGNER LE MAL PAR LE MAL

« Quand une oreille est en parfait état, il n'existe pas de traitement contre les acouphènes, si ce n'est le recours à un antidépresseur ou à l'autohypnose pour aider à vivre avec l'acouphène », poursuit Gautier Havelange. Des psychologues américains ont mis au point la « thérapie cognitive » qui consiste à entraîner le cerveau de façon positive, de sorte que l'on ne s'énerve plus en présence d'acouphènes. La découverte de l'ingénieur belge, baptisée Fényx, couple la thérapie cognitive à la « biorésonance ». Le travail se fait à la manière d'un portrait-robot : « Nous tâchons de définir la tonalité de l'acouphène – plus grave, plus aiguë – en fonction de ce que la personne perçoit et qu'elle est seule à entendre. Ensuite, nous émettons une onde électromagnétique de la même fréquence que celle de son acouphène... » Le cerveau est plastique, il va pouvoir ainsi être réentraîné. En quatre séances, étalées sur trois mois, munie d'un petit casque, la personne sera exposée – sans l'entendre – à l'onde électromagnétique. Parallèlement à cela, un travail sur les émotions sera nécessaire car la présence d'un acouphène est souvent liée à l'angoisse du vide, une colère rentrée, une hypersensibilité ou à la culpabilité. À la longue, l'acouphène diminue ou disparaît. En cas de haut stress, il pourrait revenir mais alors la personne saura comment y faire face.

**Myriam Bru**