

Perte auditive et augmentation des risques de chutes

Les audiologistes peuvent aider.



Les chutes sont la principale cause d'hospitalisation et de blessures entraînant une incapacité permanente chez les adultes de tous âges au Canada. Dans les cas de décès par blessure, 20 % peuvent être attribués à une chute. Même les adultes plus jeunes ayant une perte auditive présentent des risques de chutes.

- Les personnes qui ont une perte auditive font 2,5 fois plus de chutes qu'une personne dont l'audition est normale.
- Plus la perte auditive est grave, plus les risques de chutes augmentent. Même une légère augmentation de la perte auditive peut accroître considérablement les risques de chutes.

Les chercheurs soupçonnent que la perte auditive augmente le risque de chute, car les gens ayant une perte auditive peuvent :

- Être moins conscients de ce qui les entoure;
- Avoir de la difficulté à bien situer leur corps dans l'espace et ainsi que sa relation par rapport à l'environnement et aux objets qui les entourent;
- Fournir plus d'efforts pour entendre, ce qui peut réduire leur attention sur d'autres choses comme la marche, l'équilibre, etc.

Ce que vous pouvez faire pour éviter les chutes

- Prendre rendez-vous avec un audiologiste si vous soupçonnez la présence d'une perte auditive ou de problèmes d'équilibre
- Porter vos appareils auditifs et autres technologies d'audition recommandés par votre audiologiste
- Rendre votre domicile plus sécuritaire en réduisant les risques de trébucher, en ayant un recouvrement de plancher antidérapant, en installant des rampes d'escalier, en installant des barres de sécurité dans votre salle de bain, en maintenant un bon éclairage, etc.
- Gérer votre santé et vos médicaments avec votre fournisseur de soins primaires
- Faire vérifier votre vision et porter vos lunettes comme recommandé
- Être conscient de tout changement de sensation dans vos pieds et vos jambes

Ce que les audiologistes peuvent faire

Les audiologistes sont des professionnels de la santé qui fournissent des soins individuels à des personnes de tous âges aux prises avec des problèmes d'audition et d'équilibre. Ils peuvent :

- Évaluer l'audition et l'équilibre pour identifier les personnes à risque de chutes;
- Recommander des outils technologiques d'audition ou d'autres [solutions](#) pour améliorer l'audition et la communication;
- Fournir des thérapies et des programmes d'exercices spécifiques, c.à.d. la réadaptation vestibulaire, afin d'améliorer l'équilibre et de prévenir les chutes; et
- Demander des consultations pour obtenir un examen plus approfondi, p., ex., auprès d'un oto-rhino-laryngologiste (ORL).



Trouvez un audiologiste près de chez vous à : paroleetaudition.ca.