

Protect Your Hearing and Avoid Hearing Loss – French



Quels sont les enjeux?

Comme dit le proverbe, “Mieux vaut un mal connu qu’un bien qui reste à connaître”. Notre mal sournois et connu ici est le bruit, car il provoque une foule de problèmes de santé, avec des symptômes indolores qui passent inaperçus. Ce qui est encore plus inquiétant, c’est que les oreilles s’habituent au bruit et que le cerveau l’accepte normalement, peu de temps après. Ne vous méprenez pas, la perte auditive induite par le bruit ne peut pas être inversée!

Quels sont les dangers?

Les dommages causés par une exposition prolongée au bruit excessif comprennent la surdité, les acouphènes (bourdonnements dans les oreilles), l’anxiété, la dépression, le stress et les maux de tête. La perte d’ouïe due au bruit élevé rend difficile l’entente des avertissements et des indications, ce qui peut entraîner des accidents. Bien que la plupart des employeurs fassent de grands efforts pour protéger les travailleurs contre les risques de bruit, parfois, le problème n’est pas ce qui est fait, mais la façon dont cela est fait.

Certains lieux de travail peuvent ne pas comprendre quel niveau de bruit est dangereux et cela crée une marge d’erreur lors de la mise en œuvre des contrôles. Mais les règles de sécurité exigent que les employeurs protègent les travailleurs contre le bruit excessif; cela signifie avoir un programme qui régleme l’exposition au bruit au moyen d’évaluations du niveau sonore, de la protection auditive, de la formation des employés et des tests auditifs. Sans ce programme et ses examens annuels, les mesures de contrôle sont inutiles et peuvent même devenir dangereuses.

Comment se protéger

La meilleure façon d’éviter les dommages auditifs est d’éviter l’exposition à un bruit excessif. Les travaux bruyants doivent être identifiés et des mesures de contrôle mises en place. Les mesures de contrôle pourraient inclure:

- Installer des matériaux qui réduisent le son ou insonorisants.
- Enfermer un processus ou un équipement bruyant.
- Maintenance régulière.
- Rotation des quarts – pour réduire le temps d’exposition.
- Mettre en place une signalisation pour avertir les travailleurs que la

protection auditive est requise.

- Les travailleurs peuvent prévenir la perte auditive de différentes façons::
- Restez informé et surveillez les signes avant-coureurs, tels que des sifflements ou soufflements dans vos oreilles et perte temporaire de l'audition lorsque vous quittez le travail.
- Portez et maintenez toutes les protections auditives fournies par votre employeur.
- Utilisez la protection auditive appropriée pour le travail, la tâche ou la zone.
- Participez au programme audiométrique de votre employeur et assurez-vous de comprendre les résultats de vos tests auditifs.
- Posez des questions sur les niveaux de bruit, la protection de l'ouïe et d'autres problèmes liés au bruit et à l'audition, dès que vous avez un problème.

Mot de la fin

La perte auditive est permanente. Une fois votre audition perdue, les dommages ne peuvent pas être inversés. La prévention est votre seule option. Protégez votre audition pendant que vous l'avez encore.