

L'Observatoire National de la Sophrologie (ONS) met en place sa première étude scientifique.

L'étude portera sur la prise en charge des acouphènes subjectifs chroniques et permettra de valider l'impact de la sophrologie sur des patients souffrant d'acouphènes. Effectuée sous contrôle de médecins ORL, elle sera réalisée par des sophrologues spécialisés dans la prise en charge de personnes souffrant d'acouphènes dans quatre centres en France. Ces centres seront choisis parmi les équipes pluridisciplinaires de l'AFREPA (Association Française des Équipes Pluridisciplinaires en Acouphénologie) en place depuis plusieurs années.

Il s'agit d'une première recherche clinique sans précédent en sophrologie dans ce champ d'application spécifique. Elle nécessite la mise en place d'une structure rigoureuse avec validation des protocoles établis, recrutement de patients et de sophrologues spécialisés, coordination avec les praticiens, gestion du projet, contrôles de cohérence, monitoring, collecte des données, analyses statistiques etc...

Pour faire face à ce défi dont les retombées auront un retentissement majeur pour la sophrologie et un impact sur l'approche thérapeutique des acouphènes, l'ONS en tant que promoteur de cette étude scientifique doit assurer le financement de 30% du montant du coût de l'étude. C'est pourquoi nous nous permettons donc de faire aujourd'hui appel à votre participation. Vous trouverez à cet effet notre bulletin de don, ci-joint.

Mise en place d'une étude scientifique en soins courants :
Acouphènes subjectifs chroniques
Observatoire National de la Sophrologie (ONS)

Pour toute information complémentaire :

- Pour les sophrologues - Colette BAGLIONE : 06 71 26 90 04
- Pour les médecins ORL - Patricia GREVIN : 06 72 96 45 00
- Pour les patients - Evelyne RENARDIER : 06 11 99 63 02
- Pour la presse - Géraldine HAEGELI : 06 87 41 55 50

Par mail :

acouphenes-etude@observatoire-sophrologie.fr

Pour adresser vos dons :

Par chèque à l'aide du bulletin ci-joint à :

**Observatoire National de la Sophrologie
Acouphènes/Étude - ONS
24 rue Saint Augustin - 75002 Paris - France**

Pour soutenir l'action de l'ONS :

Les sophrologues peuvent également soutenir l'action de l'ONS en devenant adhérents : voir notre site.

Suivez-nous sur facebook :

ACOUPHÈNES/ÉTUDE - OBSERVATOIRE NATIONAL
DE LA SOPHROLOGIE

L'Observatoire National de la Sophrologie (ONS)

Association loi 1901, fondée en 2008 et composée de sophrologues de sensibilités et d'horizons différents, dont le but est de témoigner et d'agir pour une meilleure reconnaissance de la sophrologie comme discipline et comme métier. Pour réaliser cet objectif, l'ONS s'est donné comme mission l'organisation de colloques et de rencontres thématiques, la réalisation d'enquêtes métier et la mise en place d'études scientifiques.

Observatoire National de la Sophrologie

Association loi de 1901

Siège social : 24 rue Saint Augustin - 75002 Paris - France
contact@observatoire-sophrologie.fr

www.observatoire-sophrologie.fr

Étude Acouphènes subjectifs chroniques



observatoire national de la
SOPHROLOGIE

Les Acouphènes

Tinnitus

10 à 17%

de la population
est atteinte
d'acouphènes

1,6 million

de Français
qualifient leur acouphène
« d'agressif »

300 000

d'entre eux les
trouvent « intolérables »

200 000

nouveaux cas
par an

L'acouphène est une perception auditive survenant en l'absence de tout stimulus externe ou interne.

On différencie :

- **Les acouphènes objectifs :**

5% des cas avec perception d'un bruit organique enregistrable ;

- **Les acouphènes subjectifs :**

95% des cas avec perception d'un son sans source enregistrable.

C'est un symptôme à la physiopathologie encore incomplètement élucidée. L'essentiel des prises en charge actuellement validées a pour objectif principal de favoriser les processus naturels d'habituation justifiant la pertinence de la recherche avec un protocole spécifique en sophrologie.

Selon les chiffres de l'association « France Acouphènes », de 10 à 17% des français en sont atteints. 1,6 million d'entre eux qualifient leur acouphène « d'agressif », et pour 300 000 d'entre eux « d'intolérable ».

Le vécu de l'acouphène et de l'hyperacousie peut aller de la gêne occasionnelle et légère jusqu'au handicap sévère affectant le patient dans sa vie psycho-sociale avec modifications du comportement : irritabilité, inquiétude, anxiété, perte du sommeil, allant parfois jusqu'à la rupture des liens sociaux. On estime à plus de 200 000 par an les nouveaux cas de personnes souffrant d'acouphènes affectant de plus en plus de jeunes.

Objet de l'étude

Évaluation de l'efficacité des protocoles de Sophrologie sur la qualité de vie des patients souffrant d'acouphènes subjectifs chroniques.

Objectifs

- **Évaluation de l'efficacité des techniques sophrologiques spécifiques** à la problématique des acouphènes subjectifs chroniques sur l'amélioration de la qualité de vie du patient mesuré par le THI (*Tinnitus Handicap Inventory*) un questionnaire de mesure du handicap (version française validée en 2010).
- **Évaluation de l'efficacité des techniques sophrologiques sur le retentissement psychologique** de l'acouphène perçu par le patient comme agressif ou invalidant. Les outils de mesure sont l'échelle de dépression HAD, questionnaire amélioration qualité de vie, SF 36 et EVA (échelle visuelle analogique).

L'étude se déroulera sur un an

de l'engagement des patients à la présentation de tous les résultats. Les patients seront sélectionnés par les médecins ORL coordinateurs parmi des personnes entre 18 et 70 ans.

La Sophrologie

vise à renforcer l'équilibre psycho-corporel et les capacités de la conscience par des techniques de respiration, relaxation dynamique et visualisations. Notamment utilisée pour la gestion du stress et de l'anxiété, son efficacité est particulièrement reconnue dans le domaine médical (douleur, accouchement, sommeil) et la préparation mentale (sports, examens).

La Commission

La Commission de Recherche « Acouphènes » a été créée en 2009 au sein de l'ONS.

L'objectif de la Commission de Recherche « Acouphènes »

est de montrer que la sophrologie est une discipline qui permet d'accompagner les personnes souffrant d'acouphènes et/ou hyperacousie avec un impact mesurable sur la qualité de vie du patient.

À ce jour, la Commission acouphènes a mis en place un protocole adapté et a posé les bases d'une méthodologie en vue d'une validation de la sophrologie par une étude scientifique. Elle tient compte du travail de terrain et de l'expérience de plusieurs années avec des protocoles spécifiques utilisés par les sophrologues sur un grand nombre de patients adressés par les médecins ORL.

Suite à ce travail préliminaire, la Commission a souhaité aller plus loin et réaliser une étude scientifique afin de valider les retours positifs des patients souffrant d'acouphènes et pris en charge par les sophrologues formés à ces techniques.

Les membres de la Commission de recherche « Acouphènes » :

Colette BAGLIONE,
Patricia GREVIN,
Géraldine HAEGELI,
Evelyne RENARDIER.

BULLETIN DE DON

Acouphènes subjectifs chroniques Étude - ONS

L'ONS s'engage à ce que tous les fonds récoltés pour l'étude « Acouphènes subjectifs chroniques » lui seront exclusivement dédiés. Pour plus d'information, voir le site de l'Observatoire National de la Sophrologie.

**Bulletin de don à remplir et à retourner
avec votre règlement par chèque à :**

**Observatoire National de la Sophrologie
Acouphènes/Étude - ONS
24 rue Saint Augustin - 75002 Paris - France**

Nom*

Prénom*

Adresse*

Code Postale*

Ville*

Mail*

* Mentions obligatoires

Les donateurs recevront une carte de donateur et seront régulièrement informés de l'avancée du travail par une lettre d'information trimestrielle, par le site de l'Observatoire National de la Sophrologie (ONS) et notre page facebook :
ACOUPHÈNES/ÉTUDE - OBSERVATOIRE NATIONAL DE LA SOPHROLOGIE

Montant de la participation (en euros)*

À l'ordre de l'**Observatoire National de la Sophrologie**

Date :

Signature :



observatoire national de la
SOPHROLOGIE

Association loi de 1901

Siège social : 24 rue Saint Augustin - 75002 Paris - France

contact@observatoire-sophrologie.fr

www.observatoire-sophrologie.fr