



Je m'appelle Solène, j'ai 35 ans.

Je suis maman d'un petit garçon de 4 ans et demi et je vis à la campagne avec mon compagnon.

En juillet 2024, tout allait bien : feu d'artifice, vacances en famille.

En août, concerts, festival, jazz en plein air... Je profitais de la vie, heureuse.

Puis, la COVID est arrivée. Une fois guérie, le 26 août 2024, je vais au cinéma avec ma famille, à une séance pour enfants de 45 minutes.

Et là : traumatisme sonore. Douleur immédiate, bourdonnements, acouphènes, oreilles cotonneuses. Le traumatisme est brutal. On me dit que ça va passer.

Le premier mois, ce sont surtout les acouphènes qui m'obsèdent. L'hyperacousie, légère et localisée à l'oreille gauche, semble secondaire.

On m'encourage à continuer à sortir, à prendre l'air, sans risque supposé. J'ose un séjour en montagne, 1100 m d'altitude, en voiture et par paliers. Sur le moment, ça va. Mais 24 heures après : double barotraumatisme. Et là... la descente aux enfers.

Les douleurs sont si fortes que je ne dors qu'une heure par nuit pendant une semaine. Je dois retourner vivre chez mes parents. Deux mois et demi enfermée dans une chambre.

La VMC, le ventilateur de l'ordinateur, le clapotis de l'eau, le son numérique, même la voix de mon fils adoré : tout devient insupportable, comme des lames dans mes oreilles.

Corticoïdes, multiples médecins... Est-ce la COVID ? Le cumul des expositions sonores ? Les traitements ? Impossible de savoir.

Heureusement, je suis suivie par une otoneurologue bienveillante, membre de l'AFREPA, ainsi que par un audioprothésiste, deux psychologues et un psychiatre.

J'ai essayé les médecines alternatives (acupuncture, homéopathie, naturopathie, semelles orthopédiques), sans succès.

Aujourd'hui, 18 mois plus tard, l'hyperacousie est moins forte mais toujours là.

Je porte des appareils auditifs avec bouchons moulés pour mes sorties, des boules Quiès en mousse ou des bouchons alpine.

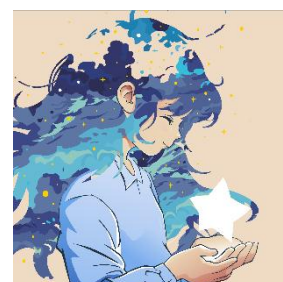
Je n'ai pas encore pu reprendre le travail.

Je ne peux pas m'occuper de mon fils à plein temps, mais je parviens à passer plusieurs heures avec lui.

J'ai même réussi à passer un premier week-end à la mer et un séjour en montagne. Une victoire ! Les douleurs auriculaires et les névralgies faciales ont disparus.

L'hyperacousie et les acouphènes restent présents. Mais je vais mieux qu'au début.

La route est longue avant de retrouver la "vraie vie", mais je garde l'espoir. Parce que c'est cet espoir qui me maintient en vie.



Solène