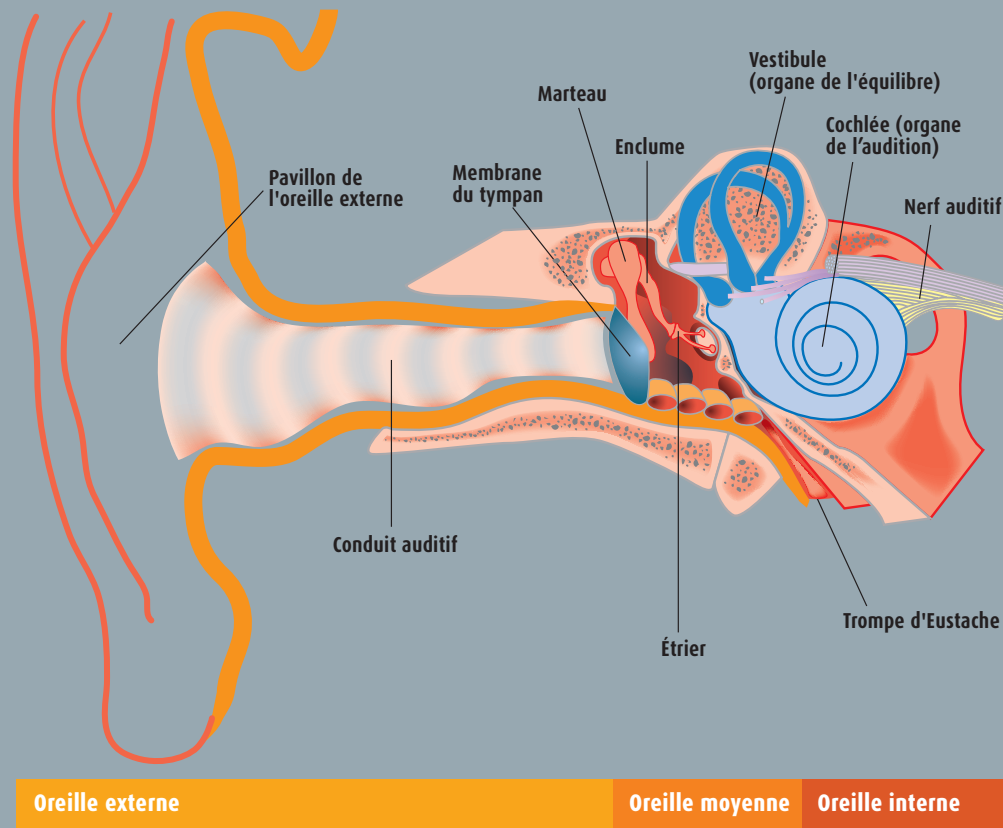


**Ne tirez jamais sans protection**

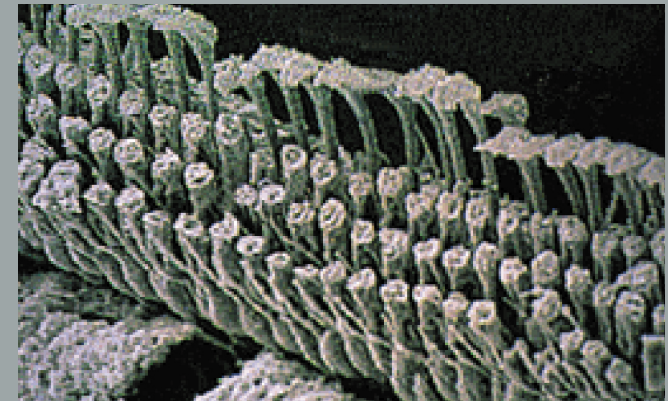
**Ne tirez pas comme un sourd**

**Accompagnateurs, public, tireurs à air comprimé  
vous êtes également concernés**



Les vibrations sonores sont captées par le pavillon de l'oreille et font osciller le tympan.

Elles sont transmises jusqu'à l'oreille interne par l'intermédiaire des osselets de l'oreille moyenne.



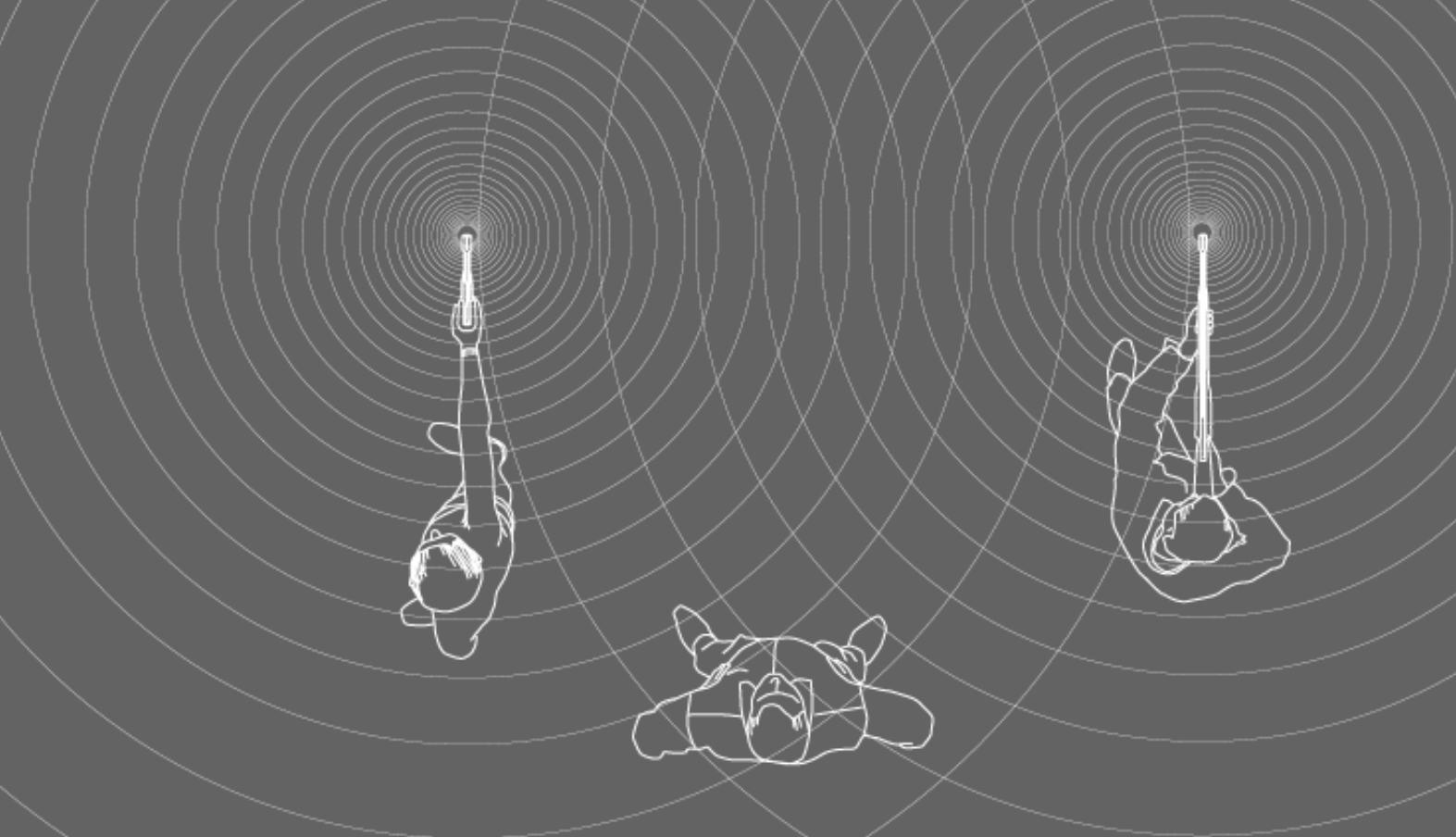
Les transmissions des vibrations mettent en mouvement les cellules ciliées de la cochlée qui transforment l'énergie mécanique en énergie électrique générant un signal auditif pour le cerveau.

## Le mécanisme de l'audition en quelques mots

L'oreille interne est protégée naturellement par le réflexe stapédien pour des niveaux sonores importants (supérieurs à 80dB), cependant sa mise en jeu nécessite quelques

centièmes de seconde et s'avère totalement inefficace dans le cas d'une exposition aux bruits impulsionnels extrêmement rapides des armes à feu.

**Il est donc indispensable que la pratique de tir d'arme à feu soit exercée avec une protection efficace car les détonations peuvent provoquer des lésions des cellules ciliées responsables d'une surdité irréversible.**



cellules ciliées endommagées

## Exposition dans le stand de tir

Selon les disciplines de tir (fusil, pistolet...) les lésions auditives sont localisées différemment. Cependant, le risque auditif est présent dans tous les cas, il est donc nécessaire de porter les protections dès l'entrée sur le pas de tir.

Pour qu'une protection soit efficace, elle doit être :

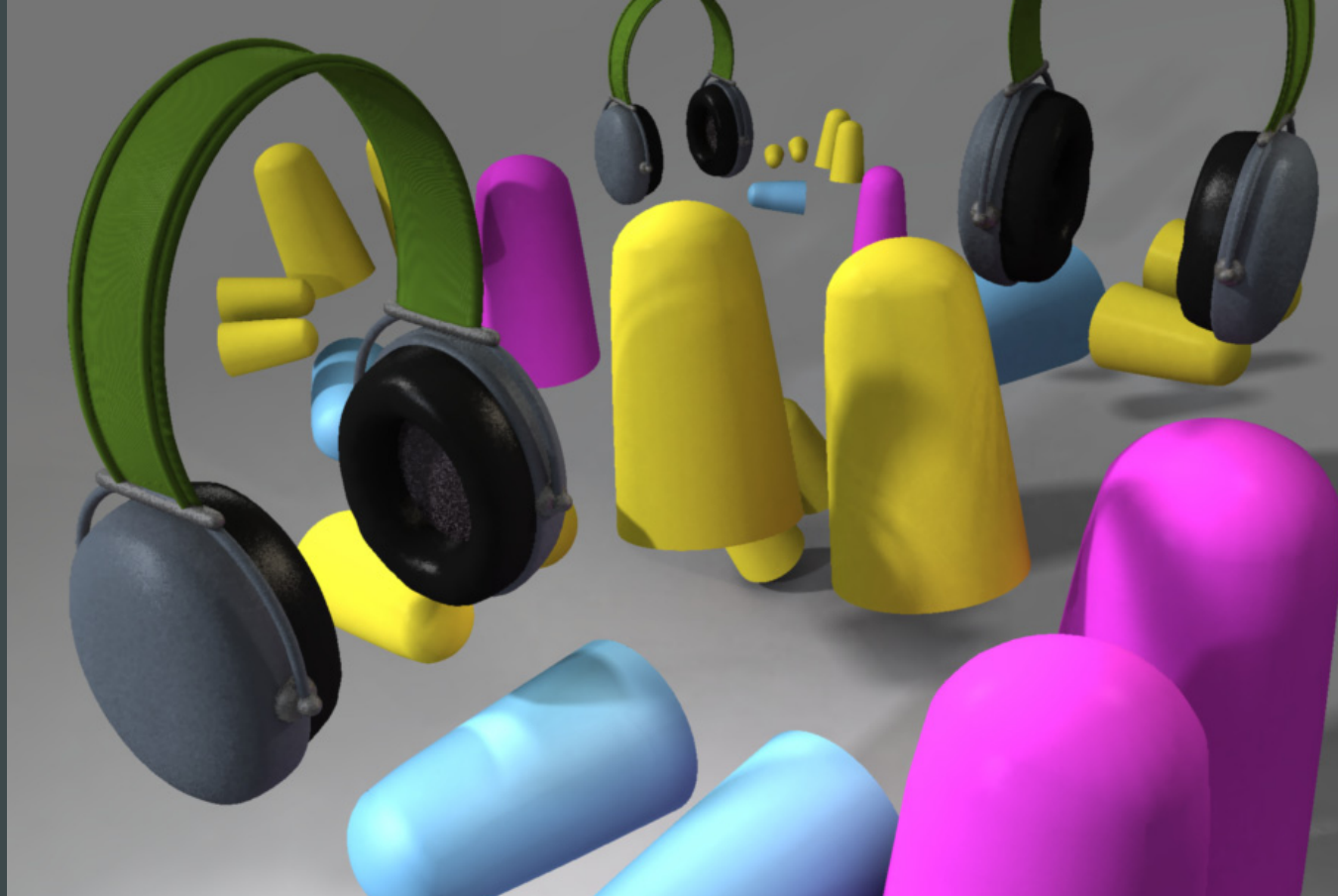
- portée systématiquement, avant de pénétrer dans la zone bruyante ;
- ajustée correctement ;
- gardée en permanence pendant toute la période d'exposition ;
- retirée qu'une fois sorti du stand.



## Deux moyens pour se protéger :

- port de casque,
- obstruction des conduits auditifs avec des embouts auditifs. La réalisation d'un embout anatomique moulé après prise d'empreinte dans une matière atraumatique et absorbante sur le plan acoustique est la protection la plus performante.

N'hésitez pas à porter la double protection (embouts + casque) quelle que soit votre sensibilité au bruit.



## Protections existantes et leur efficacité

Il existe sur le marché toutes sortes de protections auditives destinées à des activités différentes (travail, musique, tir, bricolage...).

### L'utilisation d'une protection non spécifique à la discipline pratiquée s'avère moins efficace.

N'utilisez pas des bouchons de confort ou de bricolage pour les tirs. Procurez-vous des protections adaptées dans les armureries ou dans les magasins de sport.

**Une protection combinée externe avec casque et interne avec embouts moulés, assure une protection optimale recommandée par des ORL.**

## Glossaire

**Surdité** : Privation ou affaiblissement de l'ouïe qui interdit la perception de la parole, avec une perte auditive supérieure à 85 décibels pour la meilleure oreille.

**Acouphène** : Perception anormale d'un bruit en l'absence d'une source externe, bourdonnement d'oreille, tintement, sifflement.

**Hyperacousie** : Sensibilité anormale aux bruits ambiants due à une acuité auditive supérieure à la normale, souvent accompagnée d'un abaissement du seuil d'audition douloureuse.

**Traumatisme Sonore Aigu (TSA)** : Lésion brutale due à un son trop fort (musique, pétard, perceuse, tir...).

**Réflexe stapédien** (stapedius = étrier) : Réflexe de protection acoustique qui, en réponse à un son intense (>80 dB), induit la contraction d'un petit muscle au niveau de l'oreille moyenne qui bloque le mouvement de l'étrier diminuant ainsi de la propagation du son vers l'oreille interne.



# Les symptômes qui doivent vous faire réagir

Les symptômes qui doivent vous faire réagir sont :

- **sensation d'oreille bouchée**
- **douleur d'oreille intense**
- **oreille qui bourdonne ou qui siffle**

**L'exposition à des détonations de tirs sans protections ou avec protections inadaptées peut provoquer des lésions auditives graves et irréversibles (Traumatisme Sonore Aigu).**

Ce que vous risquez :

- **surdité**
- **acouphène**
- **hyperacousie**

Si vous ressentez un de ces symptômes il faut immédiatement :

- **sortir de la zone bruyante**
- **consulter un O.R.L en urgence**

**Dans le cadre de la réforme de la Sécurité Sociale, le TSA constitue une urgence médicale permettant la consultation en direct d'un spécialiste O.R.L.**

## Vous êtes tireur, vous n'avez pas de problème d'audition :

Demandez à votre médecin référent de vous prescrire un audiogramme chez votre O.R.L.

L'état initial de votre audition est indispensable pour connaître vos risques personnels et pour la prise en charge d'un accident auditif.

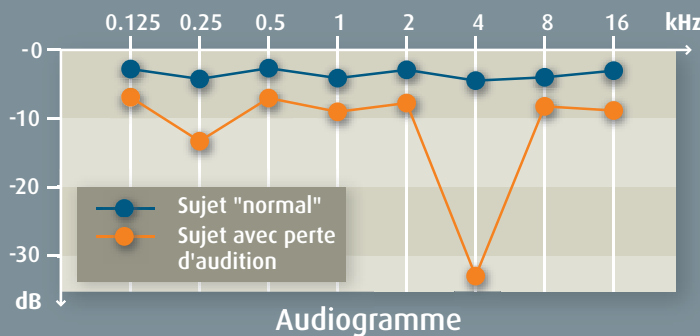
Equipez vous de protections efficaces et adaptées, elles ne sont pas prises en charge par la Sécurité Sociale mais elles sont essentielles pour votre protection auditive.

## Vous présentez des symptômes de traumatisme après une séance de tir :

Consultez directement votre spécialiste, c'est une urgence O.R.L. dispensée du passage chez un médecin généraliste. Passé 48h, les troubles risquent d'être irréversibles.



# Le tireur et le médecin



## Consultations spécialisées

### Hôpitaux

demander le service spécialisé O.R.L

### Cabinets de ville O.R.L

consulter les pages jaunes de l'annuaire téléphonique dans la rubrique Médecin Oto-Rhyno-Laryngologie.



# Ne tirez pas comme un sourd

Plaquette élaborée par le Pôle bruit Régional d'Ile de France composé de :

- **DRASSIF**
- **DDASS d'Ile-de-France**  
<http://ile-de-france.sante.gouv.fr/environnement-et-sante/bruit/bruit-accueil.html>
- **InVS**  
12, rue du Val d'Osne 94415 Saint-Maurice  
<http://www.invs.sante.fr>
- **Préfecture de Police de la ville de Paris**
- **DGS**

