

Publié sur *Medisite* (<http://www.medisite.fr>)

[Accueil](#) > La sophrologie, future solution contre les acouphènes ?

La sophrologie, future solution contre les acouphènes ? ^[1]

L'Observatoire national de la Sophrologie va entamer de nouvelles recherches sur le traitement des acouphènes. Un espoir pour les millions de personnes touchées par cette pathologie alors que se tiendra le jeudi 13 mars la Journée nationale de l'Audition.



^[2] Selon l'IPSOS ^[3], 16 millions de Français souffriraient d'acouphènes ^[4], qu'ils soient permanents ou occasionnels. Pourtant, aucun traitement médicamenteux n'existe à ce jour. Bien souvent, les médecins se tournent vers des antidépresseurs et/ou anxiolytiques pour soulager les patients éprouvés nerveusement par ces bourdonnements et sifflements dans les oreilles.

Afin de leur proposer une solution moins contraignante, l'Observatoire national de la Sophrologie (ONS) va lancer une nouvelle étude sur les bienfaits de la sophrologie ^[5] pour les sujets acouphéniques. Elle sera menée par une équipe de médecins français de Paris et Toulouse. Les participants seront choisis au hasard afin de vérifier et de mieux quantifier les effets de cette approche.

Une première étude avait déjà été réalisée par l'ONS. Plus de 80 patients avaient été suivis par cinq sophrologues pendant un an. Les résultats, encourageant, avaient permis aux scientifiques de définir un protocole spécifique.

Discipline psycho-corporelle, la sophrologie vise à rétablir l'équilibre entre le corps et l'esprit grâce à des techniques de respiration, de la relaxation dynamique et des visualisations.

Publié par Sarah Frise, rédactrice santé ^[6] le Mercredi 12 Mars 2014 à 11h32

- audition ^[7]
- acouphène ^[8]
- Maladies ^[9]
- sophrologie ^[10]

URL source: <http://www.medisite.fr/a-la-une-la-sophrologie-future-solution-contre-les-acouphenes.568924.2035.html>

Liens:

- [1] <http://www.medisite.fr/a-la-une-la-sophrologie-future-solution-contre-les-acouphenes.568924.2035.html>
 [2] <http://preprod-img.medisite.fr/files/images/article/4/2/9/568924/1675003-inline.jpg>
 [3] <http://www.journee-audition.org/pdf/synthese-enquete2014.pdf>
 [4] <http://www.medisite.fr/dictionnaire-des-maladies-acouphenes.89691.5.html>
 [5] <http://www.medisite.fr/audition-traiter-les-acouphenes-sans-medicaments.54921.11587.html?page=0%2C3>
 [6] <http://www.medisite.fr/auteurs/sarah-frise-redactrice-sante/101938>
 [7] <http://www.medisite.fr/audition/37880>
 [8] <http://www.medisite.fr/acouphene/39572>
 [9] <http://www.medisite.fr/maladies/97985>
 [10] <http://www.medisite.fr/sophrologie/135339>