

# Protection auditive

L'EFFICACITÉ REPOSE ENTRE AUTRES SUR :

1. Le bon ajustement des protecteurs : Améliore le confort.
2. Le port de protecteurs durant toute la durée de l'exposition au bruit.

**PROTECTION OBTENUE LORS D'UN PORT INTERROMPU**  
(réduction maximale estimée à 15 dB)

Durée d'utilisation	Protection
100 % (8 heures)	15 dB
90 %	9 dB
80 %	7 dB
70 %	5 dB
60 %	4 dB
50 % (4 heures)	3 dB

### 3. L'indice de réduction du bruit (NRR) :

- Correspond à la réduction du bruit obtenue en laboratoire. Plus l'indice est élevé, plus la protection est grande.

Noise Reduction Rating **30** décibels

- De façon générale, l'efficacité serait d'environ 50 % du NRR identifié.  
Ex. : un indice de 30 décibels ne représente en fait qu'une protection d'environ 15 décibels.

**Pour toute information supplémentaire, n'hésitez pas à contacter votre équipe de santé au travail :**

**CSSS de l'Énergie** : 819 539-8371  
Point de service La Tuque : 819 523-4581

**CSSS Drummond** : 819 474-8428  
Point de service Victoriaville : 819 758-6488

**CSSS de Trois-Rivières** : 819 370-2100

Décembre 2011  
Source : Santé au travail - CLSC Kateri Adaptation : Santé au travail - CSSS de l'Énergie

## Technique d'insertion des bouchons jetables

1. Bien se laver les mains.
2. Prendre le bouchon entre le pouce et l'index.
3. L'amincir en le roulant entre les deux doigts, sans l'écraser.
4. Passer l'autre main derrière la tête et tirer la partie supérieure du pavillon de l'oreille vers le haut afin de redresser le conduit auditif.
5. Entrer le bouchon assez profondément dans un mouvement rotatif.
6. Appuyer sur le bouchon pendant environ 30 secondes. Cela lui permettra de gonfler et de prendre la forme du conduit auditif.



UTILISATION CORRECTE

UTILISATION INCORRECTE

Ma protection auditive,



je la porte en tout temps

[www.santeautravail.qc.ca](http://www.santeautravail.qc.ca)

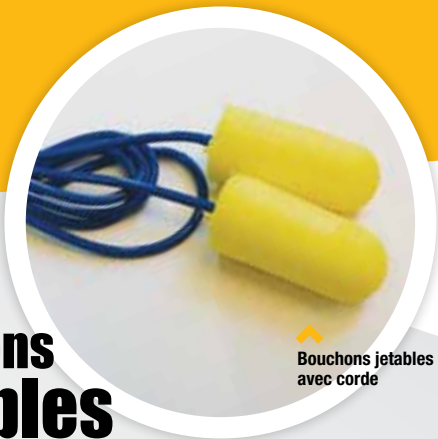
Centres de santé et de services sociaux

• Trois-Rivières  
• de l'Énergie

Agence de la santé et des services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec

Québec

# Bouchons jetables



Bouchons jetables avec corde

## Avantages

- Petits et faciles à transporter
- Souvent disponibles en différentes tailles
- Efficaces même avec le port de lunettes, casque, visière...
- Plus confortables en milieu chaud

## Entretien

- Aucun

## Remplacement

- Tous les jours ou plus, si nécessaire

## Insertion

- Voir technique d'insertion

## Inconvénients

- Plus long à ajuster
- Exigent une bonne hygiène des mains
- Peuvent irriter le conduit auditif externe
- Pour les bouchons reliés par une corde, le frottement de la corde peut générer du bruit dans les conduits auditifs

## Emplacement

- Placer les distributeurs dans un endroit non bruyant et, si possible, près d'un évier

# Bouchons réutilisables

## Avantages

- Petits, facilement transportables
- Efficaces même avec le port de lunettes, casque, visière
- Plus confortables en milieu chaud
- Souvent disponibles en différentes tailles
- Risque de contamination diminué : l'embout qui entre dans le conduit auditif n'a pas à être manipulé

## Entretien

- Nettoyer tous les jours, à l'eau et au savon doux, puis assécher
- Conserver dans un contenant propre

## Remplacement

- Au moindre signe de détérioration : rétrécissement, durcissement...

## Insertion

- Voir technique d'insertion des bouchons jetables étapes 1, 4 et 5

## Inconvénients

- Peuvent irriter le conduit auditif
- Entretien régulier essentiel



Bouchons avec poussoir

Bouchons réutilisables avec corde



# Coquilles

## Avantages

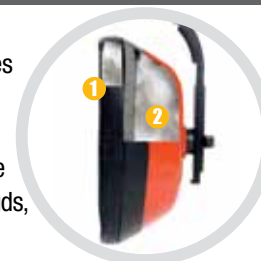
- Durée de vie assez longue
- Risque moins grand de les perdre
- Plus facile à utiliser que les bouchons

## Entretien

- Nettoyer régulièrement le coussinet (1) avec de l'eau et du savon doux puis assécher. Ne jamais utiliser de solvants ou d'alcool.
- Garder dans un endroit propre (ex. : sac genre Ziploc)

## Remplacement

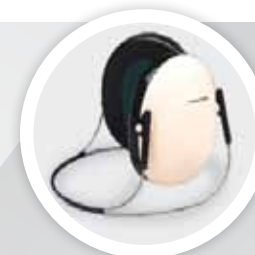
- Coussinets ① : dès que déformés ou craquelés
  - Mousse insonorisante ② : lorsqu'asséchée
- Possibilité d'ajouter une collerette absorbante pour les milieux chauds, froids ou très salissants.



## Inconvénients

- Efficacité variable si lunettes, barbe, etc.
- Moins confortable en milieu chaud ou froid
- Plus lourd et encombrant

- Modèle de coquilles conçu pour être utilisé avec :
- Masque à souder
  - Cagoule pour sablage au jet



# Bouchons moulés

## Avantages

- Généralement plus confortables
- Bonne stabilité dans le conduit auditif
- Ajustement facile
- Risque de contamination diminué : l'embout qui entre dans le conduit auditif n'a pas à être manipulé
- Durée de vie moyenne de 3 ans

## Entretien

- Selon les recommandations du fabricant
- Entreposer dans un contenant propre

## Remplacement

- Environ aux 3 ans ou lors d'une perte de poids importante

## Insertion

- Selon la méthode du fabricant

## Inconvénients

- Entretien régulier nécessaire
- Prise d'empreintes déterminante dans l'efficacité du bouchon (étanchéité)
- Coût de remplacement élevé en cas de perte (prévoir une protection alternative disponible immédiatement)

Bouchons moulés avec corde

