

## LES BOUCHONS PRÉMOULÉS (réutilisables)

### Utilisation :

- faire une marque permanente de couleur ou entaille avec un couteau à l'extrémité d'un bouchon ;
- introduire toujours dans le même conduit auditif le bouchon marqué ;
- tirer le pavillon de l'oreille vers le haut et l'arrière.

### Hygiène :

- nettoyer les bouchons chaque jour avec de l'eau et du savon doux ;
- rincer et bien assécher ;
- les garder et les replacer en tout temps dans un contenant propre après usage.



**Le respect des conditions d'efficacité peut assurer une protection moyenne de 10 à 20 décibels selon la sorte de protecteur**

## LES PROTECTEURS AUDITIFS

**Pour ma santé auditive,  
mes protecteurs auditifs,  
Je les porte  
en tout temps !**

Pour plus d'informations :  
[www.santeautravail.qc.ca](http://www.santeautravail.qc.ca)

Équipe santé au travail

Centre de santé et de services sociaux  
du Sud de Lanaudière

Agence de la santé  
et des services sociaux  
de Lanaudière  
Québec 

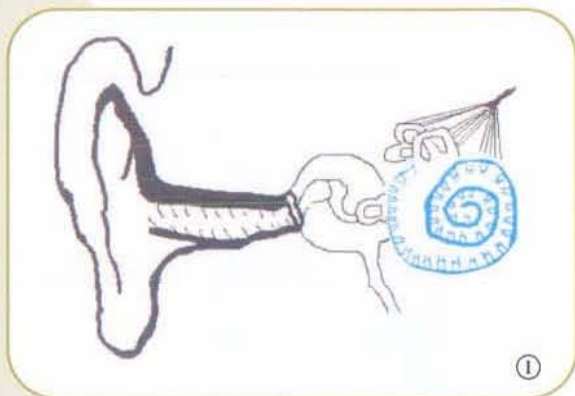
## L'OREILLE DANS LE BRUIT



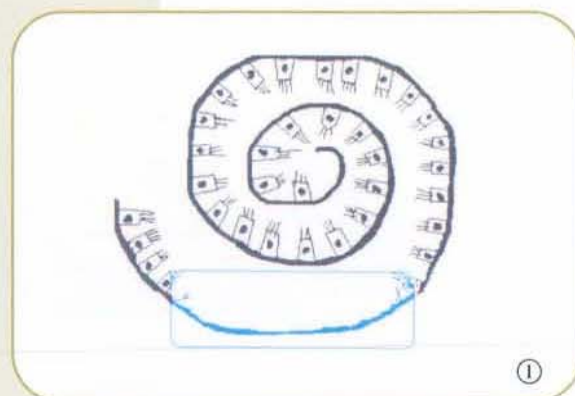
La protection auditive



## L'OREILLE EN SANTÉ



**Avec le temps,  
les cellules exposées au  
bruit sont détruites ;  
la surdité est permanente.**



**Au-dessus de 80 dBA,  
les protecteurs auditifs sont un  
outil de prévention essentiel.**

1. Source : Louis Riverin, Nicole M. Lalande  
Groupe acoustique de l'Université de Montréal, 1987

## LES PROTECTEURS AUDITIFS

### Les conditions d'efficacité :

- le confort ;
- l'installation et l'ajustement de façon étanche ;
- le port en continu en présence de bruit de 80 dBA et plus :
  - > le garder, même pour parler ;
  - > l'enlever et le mettre là où il n'y a plus de bruit (ex. : cafétéria).
- le respect des mesures d'hygiène et d'utilisation ;
- le maintien du protecteur toujours en bon état.

**Le meilleur protecteur est  
celui que je porte**

## LE SERRE-TÊTE ANTIBRUIT

### Utilisation :

- enlever les lunettes ;
- dégager les cheveux de l'oreille ;
- ajuster pour que toute l'oreille soit à l'intérieur de la coquille ;
- ajuster le manchon afin que la coquille exerce une pression étanche, soutenue, mais tolérable ;
- remettre ses lunettes.



### Hygiène :

- remplacer les coussinets lorsqu'ils sont souillés ou fendillés ;
- entreposer le protecteur à l'abri de la poussière.

## LES BOUCHONS EN MOUSSE À COMPRIMER

### Utilisation :

- l'écraser entre les doigts et en faire un petit cylindre ;
- tirer le pavillon de l'oreille vers le haut et l'arrière ;
- introduire le cylindre dans le conduit auditif ;
- tenir en place de 20 à 30 secondes, le temps de laisser le bouchon s'ajuster au conduit auditif ;
- enlever le bouchon en tirant.



### Hygiène :

- se laver les mains avant chaque utilisation ;
- utiliser toujours des bouchons propres.

