

Mercredi
18 mars 2026

1,40 €

N°25242 - 82^e année

Service clients: 02 41 80 88 80
moncompte.courrierdelouest.fr

Le Courrier

SAUMUR de l'ouest

Elle souffre d'hyperacousie

Installée dans le Saumurois, Alexandra Haberoy vit avec une pathologie encore méconnue : l'hyperacousie. Une hypersensibilité aux sons qui impacte son quotidien.

TÉMOIGNAGE

Née à Nancy, en Meurthe-et-Moselle, Alexandra Haberoy s'est installée à Montsoreau, il y a près de quarante ans. Pendant quinze ans, elle a travaillé en secrétariat et en comptabilité pour l'Éducation nationale. Aujourd'hui, son quotidien est profondément marqué par l'hyperacousie, un trouble d'hypersensibilité aux sons.

Une pathologie caractérisée sous différentes formes

« Comme toutes les personnes concernées par l'hyperacousie, il est de plus en plus difficile d'évoluer dans un monde aussi bruyant. » Dans le cas d'Alexandra, le trouble prend deux formes. La première est l'hyperacousie de tolérance, présente depuis toujours chez elle. « Le son arrive normalement à l'oreille mais le cerveau va l'interpréter de manière excessive. Cela peut générer des émotions comme du stress, de l'agacement ou même du dégoût », explique-t-elle.

La seconde forme, beaucoup plus invalidante est, elle, apparue chez Alexandra en 2020 après avoir contracté à plusieurs reprises le Covid, lui provoquant une inflammation ainsi qu'une dégradation de son système auditif. Pour cette forme sévère de l'hyperacousie, le bruit provoque des douleurs s'apparentant à « des coups d'aiguilles dans les oreilles, des sensations d'otites. Mes oreilles chauffent, et plus je suis exposée au bruit, plus la douleur s'intensifie. À côté, cela peut déclencher des migraines et de la fatigue », précise Alexandra Haberoy. Depuis, la quinquagénaire a dû apprendre à adapter son quotidien.



Alexandra Haberoy souffre d'hyperacousie. Aujourd'hui, elle espère des avancées sur les solutions et adaptations concernant son trouble.

PHOTO: CO

Chez elle, le moindre bruit peut devenir une épreuve. La ventilation est coupée la nuit, les tâches bruyantes comme passer l'aspirateur sont faites par son mari, et cuisiner nécessite souvent de porter un casque antibruit et des bouchons d'oreilles. Même les sons discrets deviennent difficiles à supporter. « Parfois je ne supporte plus le bruit du frigo et je l'éteins un certain temps, je ne mets plus de réveil le matin... », confie-t-elle.

À l'extérieur, le son complique davantage sa situation : circulation, paroles, musiques. Les sorties se sont progressivement réduites. « Je

ne fais plus les courses, je ne vais plus au restaurant, ni au cinéma. Avant 2020, je pouvais le faire, avoir une vie qui n'est pas celle que j'ai aujourd'hui, marquée par l'isolement. »

Avec ce trouble, elle a obtenu la RQTH (Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé), lui permettant ainsi d'aménager son activité professionnelle à mi-temps.

Un roman pour témoigner et sensibiliser

Face à un trouble encore trop peu étudié et un parcours médical parfois difficile, Alexandra Haberoy a choisi de témoigner. En décembre

dernier, elle a publié en auto-édition un roman inspiré de son expérience. Plutôt qu'un ouvrage scientifique, elle a fait le choix de mettre en scène Jonas, un personnage souffrant d'hyperacousie qui, après s'être replié sur lui-même, part en quête de réponses. « Son cheminement rejoint finalement le mien. »

Alexandra s'engage aujourd'hui au sein de l'association Hyperacousie Solidarité, qui milite pour une meilleure reconnaissance de cette pathologie et une formation accrue des professionnels de santé.

Garance Reno