Comment Tester son Audition à la Maison

Ce que mesure vraiment chaque test auditif à domicile, lequel approche le plus une clinique et où se situe un jeu de tons.

Auteur: Lubor Šimůnek · Publié: November 9, 2026 · Productivité
Version en ligne: https://appstoryo.com/fr/blog/how-to-test-your-hearing-at-home



Vous pouvez contrôler votre audition à la maison de trois façons : le test auditif d'Apple sur les AirPods Pro 2 ou 3, qui balaie 250 Hz à 8 kHz en environ cinq minutes ; un dépistage validé comme hearWHO ; ou un questionnaire de 10 questions sans aucune application. EarCheck: Hearing Test est un jeu de tons gratuit pour iPhone, l'extrémité ludique de cette liste.

Transparence : AppStoryo est exploité par le studio qui développe EarCheck: Hearing Test. La comparaison ci-dessous repose sur des critères vérifiables publiquement et nomme de vraies alternatives.

Une seule de ces options est un jeu, et c'est la nôtre. EarCheck: Hearing Test est gratuite sur l'App Store, 22,3 Mo, iOS 16.0 ou version ultérieure, en 44 langues de boutique. Vérifié le 2 novembre 2026, elle n'a aucune fiche Google Play : tout ce qui suit à son sujet est une réponse iPhone et iPad.

Peut-on vraiment tester son audition à la maison ?

On peut la dépister, et ce qui ressemble le plus à une clinique est déjà dans iOS. Apple affirme que le test auditif avec AirPods Pro 2 ou AirPods Pro 3 peut déterminer si vous avez une perte auditive et montre votre audition à chaque fréquence en décibels de niveau d'audition. Il va de 250 Hz à 8 kHz en environ cinq minutes et s'adresse aux personnes de 18 ans et plus.

Un régulateur a tracé une ligne ici. Le 12 septembre 2024, l'agence américaine du médicament a autorisé le premier logiciel d'aide auditive en vente libre, la fonction d'aide auditive des AirPods Pro compatibles, pour les adultes de 18 ans et plus présentant une perte auditive légère à modérée perçue, après une étude portant sur 118 participants. Lisez le périmètre avec précision : il couvre l'amplification, pas les tests de tons.

Que mesure une clinique qu'un téléphone ne peut pas mesurer ?

Où se situe le problème, et pas seulement qu'il existe. L'association américaine d'orthophonie et d'audiologie décrit l'audiométrie tonale comme des écouteurs alimentant chaque oreille séparément de 250 Hz à 8000 Hz, les fréquences dont la parole a besoin, chaque réponse étant tracée sur un audiogramme : la courbe du son le plus faible que vous entendez à chaque hauteur.

Viennent ensuite les examens qu'aucun téléphone n'imite. Un vibrateur osseux placé derrière l'oreille envoie la vibration directement à l'oreille interne, et comparer cela à la voie aérienne sépare la perte de transmission de la perte neurosensorielle et de la perte mixte. La tympanométrie fait varier la pression du conduit pour voir si le tympan bouge. Un test à domicile dit que quelque chose est faible ; seuls ceux-là disent pourquoi.

Comment réussir le test auditif à domicile le plus fiable sur un iPhone ?

La liste de préparation d'Apple est la méthode, et presque tout y est affaire d'étanchéité et de silence. Obtenez une étanchéité complète, confirmée par le test d'ajustement des embouts ; le coffret des AirPods Pro 2 propose quatre tailles et celui des Pro 3 cinq. Nettoyez-les, car les saletés rompent l'étanchéité. Cherchez ensuite une pièce silencieuse pendant les cinq minutes entières. Chaque ton sonne trois fois ; une seule pression suffit.

Quatre choses invalident une séance, et Apple donne un délai pour chacune : un rhume, une sinusite ou une otite dans les dernières 24 heures, des allergies en cours, ou un endroit bruyant comme un concert pendant ce laps de temps. Vous obtenez une valeur en décibels par oreille et un audiogramme, conservé dans l'app Santé et exportable en PDF.

Que signifient les décibels d'un test auditif à domicile ?

Apple publie les paliers sans détour. Jusqu'à 25 dBHL indique une perte nulle ou minime. De 26 à 40 dBHL, la perte est légère : vous entendez une voix normale à un mètre (trois pieds). De 41 à 60, elle est modérée et exige une voix forte à la même distance, et de 61 à 80 elle est sévère, les mots n'arrivant que criés dans votre oreille.

Un seul chiffre porte tout cela parce qu'il moyenne les fréquences dont la parole a le plus besoin. Tous les tests à domicile ne le donnent pas. hearWHO renvoie un score de chiffres dans le bruit, la Hearing test | Audiogram App trace une courbe face aux normes par âge et EarCheck: Hearing Test annonce un âge auditif : trois unités qui mesurent trois choses. Ne comparez jamais l'une à l'autre.

Que mesure réellement EarCheck: Hearing Test ?

Le haut de votre plage de fréquences, sous forme de jeu. EarCheck: Hearing Test est la version 1.0 du 8 juillet 2026, gratuite, 22,3 Mo, iOS 16.0 ou version ultérieure, classée en Divertissement, Jeux et Quiz plutôt qu'en Santé. Elle joue des tons du grave au très aigu, vous touchez ce que vous entendez, et elle relie le ton le plus haut capté au groupe d'âge qui déclare l'entendre. Le plafond honnête de toutes ces applications vient du dépistage de l'OMS :

> Whilst the test has a reasonable degree of accuracy, it is only intended as a screening test, with a small proportion of cases that may be incorrectly classified.

C'est la section des limites de la fiche hearWHO sur l'App Store, et elle revendique plus que ce qu'EarCheck revendique pour lui-même : sa fiche dit en majuscules qu'il s'agit d'un jeu de divertissement seulement, ni test médical, ni diagnostic, ni dispositif médical. La distinction est de fond. La perte liée à l'âge commence bien par le haut de la plage, mais un diagnostic repose sur les fréquences de la parole, qu'un jeu de ton maximal ne note jamais.

Quel test auditif à domicile faut-il vraiment utiliser ?

Choisissez hearWHO si vous voulez un dépistage soutenu par une agence de santé

- hearX Group, gratuit, version 1.8.1 du 9 septembre 2025, 114,3 Mo, iOS 15.0 ou version ultérieure, 6 langues de boutique, en ligne depuis le 24 février 2019.
- L'OMS l'a bâti sur une technologie validée de chiffres dans le bruit et le recommande pour les milieux de travail bruyants, l'audio personnel à fort volume et les plus de 60 ans ; le prix, c'est 114 Mo et 45 notes américaines à 2,0 de moyenne.

Choisissez Sennheiser Hearing Test si vous voulez une marque derrière et n'importe quel casque

- Sonova Consumer Hearing GmbH, gratuit, version 1.0.9 du 11 février 2025, 52,6 Mo, iOS 16.0 ou version ultérieure, anglais seulement, 4,62 sur 114 notes américaines.
- Sa fiche promet n'importe quel casque, une évaluation en moins de cinq minutes et une synchronisation avec Santé après inscription ; la contrepartie est une dernière mise à jour datant de février 2025.

Choisissez l'Audiogram App si vous voulez une courbe à conserver

- Irakli Tsuladze, gratuit, version 2.9 du 28 septembre 2026, 78,7 Mo, iOS 15.0 ou version ultérieure, 5 langues de boutique, 4,37 sur 63 notes américaines.
- Un test rapide de trois minutes ou une séance étendue plus longue, un mode enfant, une personnalisation du son selon votre casque et un stockage dans HealthKit ; son avertissement exclut tout usage médical.

Choisissez EarCheck: Hearing Test si vous voulez le jeu plutôt que le test

- Gratuit, 22,3 Mo, iOS 16.0 ou version ultérieure, 44 langues de boutique, sans compte, sans publicité et entièrement hors ligne : aucun résultat ne quitte le téléphone.
- Le seul classé en Divertissement et non en Santé, le seul avec un mode antitriche à manches muettes, et le seul à ne rien affirmer sur votre audition.

Quand un test auditif à domicile est-il le mauvais outil ?

Dès qu'une décision dépend du chiffre. L'alternative la plus utile n'est pas une application : le institut national américain de la surdité et des troubles de la communication publie un questionnaire de 10 questions pour les adultes de 18 à 64 ans, adapté de l'inventaire du handicap auditif pour adultes, où trois réponses positives ou plus signifient consulter un audiologiste. Chaque question porte sur une situation, pas sur un ton.

Trois cas rendent la limite concrète. Un changement soudain d'audition, ou une oreille qui entend moins bien : la consigne d'Apple est d'en parler à votre médecin. Un enfant : à cet âge la cause habituelle est une atteinte de l'oreille moyenne, que seules la tympanométrie ou l'audiométrie en champ libre repèrent. Une aide auditive en vente libre s'arrête à la perte légère à modérée perçue. Voyez EarCheck: Hearing Test comme ce qui vous fait prendre rendez-vous.

Tests auditifs à domicile : questions fréquentes

Peut-on tester son audition à la maison gratuitement ?

Oui, par plusieurs voies. Le test auditif d'Apple est intégré à iOS sans frais si vous possédez des AirPods Pro 2 ou 3, hearWHO et Sennheiser Hearing Test sont des téléchargements gratuits, et le questionnaire de 10 questions du NIDCD est une page web qui ne demande aucune application. EarCheck: Hearing Test est gratuit aussi.

Quelle est la fiabilité d'un test auditif sur téléphone ?

Suffisante pour dépister, pas pour diagnostiquer. La fiche hearWHO se décrit comme un test de dépistage où une petite proportion de cas peut être mal classée, et précise que la précision dépend de votre casque et du bruit ambiant. Celui d'Apple s'en approche le plus parce qu'il maîtrise le matériel et l'étanchéité.

Quelles fréquences couvre un test auditif ?

De 250 Hz à 8000 Hz. C'est la plage que l'association américaine d'orthophonie et d'audiologie donne pour l'audiométrie tonale, choisie parce que la parole y circule, et le test d'Apple utilise le même intervalle de 250 Hz à 8 kHz. Les jeux qui visent 15 kHz explorent le haut de votre plage, pas la parole.

Faut-il des AirPods Pro pour tester son audition sur un iPhone ?

Pour le test auditif d'Apple, oui : il exige des AirPods Pro 2 ou AirPods Pro 3 avec un micrologiciel à jour et un iPhone ou iPad avec le logiciel le plus récent. Les tests par

application n'imposent rien de tel, et la fiche Sennheiser indique que son évaluation fonctionne avec n'importe quel casque.

Existe-t-il une version Android d'EarCheck ?

Vérifié le 2 novembre 2026, non : il n'existe aucune fiche Google Play pour EarCheck: Hearing Test, publié pour iPhone et iPad seulement, en 44 langues de boutique. Les utilisateurs d'Android qui veulent un test gratuit ont hearWHO, que l'OMS publie à la fois pour iOS et pour Android.

Combien de dBHL correspondent à une audition normale ?

Sur l'échelle publiée par Apple, jusqu'à 25 dBHL indique une perte nulle ou minime, de 26 à 40 dBHL la perte est légère, de 41 à 60 modérée et de 61 à 80 sévère. Le chiffre moyenne les fréquences qui comptent le plus pour la parole : ce n'est ni votre meilleure ni votre pire hauteur.

Un rhume peut-il fausser un test auditif à domicile ?

Oui, et Apple donne les délais. Sa page d'assistance indique que le résultat peut être affecté si vous avez eu un rhume, une sinusite ou une otite dans les dernières 24 heures, si vous avez des allergies en cours, ou si vous étiez dans un lieu bruyant comme un concert pendant ce laps de temps. Attendez, puis recommencez.

EarCheck envoie-t-il mon résultat quelque part ?

Non. Sa fiche App Store indique que le jeu fonctionne entièrement hors ligne et qu'aucune donnée ne quitte jamais votre appareil, et il n'y a ni compte ni publicité. Le score existe sous forme de PDF que vous choisissez de partager, ce qui explique aussi qu'il ne puisse pas suivre une évolution au fil des années.

Citer comme: Lubor Šimůnek (2026). *Comment Tester son Audition à la Maison*. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/fr/blog/how-to-test-your-hearing-at-home
© 2026 lapnito.cz s.r.o.