

## Gehoorschade door lawaai op het werk.

### Quote

"Gehoorschade staat al jarenlang in de top 3 van de meest gemelde beroepsziekten."

### De feiten

- 900.000 werknemers in Nederland werken dagelijks in schadelijke geluidsniveaus.
- Gehoorschade staat al jarenlang in top 3 meest gemelde beroepsziekten.
- Werknemers met een gehooraandoening hebben 25% meer kans op ongevallen op werk.
- Werknemers met een gehooraandoening hebben vaker last van een burn-out.

### Wat is het probleem?

Geluiden vanaf 80 decibel (dB) kunnen schadelijk worden. Geluiden van 120 decibel kunnen je gehoor direct beschadigen. Hoe schadelijk geluiden tussen 80 en 120 decibel zijn, hangt af van hoe vaak en hoe lang je er aan wordt blootgesteld. In de Arboret staan een aantal punten beschreven om gehoorschade op de werkvloer te voorkomen. Nog lang niet alle werkgevers/werknemers houden zich aan deze punten, waardoor gehoorschade nog steeds in de top 3 van de meest gemelde beroepsziekten staat.

Gehoorschade kan in verschillende vormen optreden. De meest voorkomende klachten zijn gehoorverlies (lawaaislechthorendheid) of een blijvende piep, ruis of suis in je oor (tinnitus). Maar je kunt ook overgevoelig worden voor geluid (hyperacusis). Het roeren in een kopje koffie kan dan al pijnlijk zijn. Gehoorproblemen bemoeilijken communicatie en kunnen leiden tot depressie, sociale isolatie en arbeidsuitval. Daarmee is slechthorendheid niet alleen een persoonlijk probleem, maar ook een maatschappelijk probleem met aanzienlijke sociale en financiële consequenties.

### Wie loopt er risico?

- 0 - 20 jaar - 20 - 40 jaar - 40 - 60 jaar

Iedereen die werkt in hard geluid (>80 dB). Het betreft ook jongeren die een MBO-opleiding volgen voor een 'lawaai'beroep, bijvoorbeeld in de metaal- of bouwindustrie. Deze jongeren krijgen tijdens hun opleiding al te maken met schadelijke geluidsniveaus maar ook in hun toekomstige baan.

### Hoe wordt het erger? Kan het worden voorkomen?

Wanneer je werkt in lawaai (geluid boven de 80dB) en geen gehoorbescherming draagt, loop je risico op gehoorschade. Indien je al last hebt van gehoorschade is het belangrijk om erger te voorkomen.

Hieronder de punten waar werkgever en werknemer zich aan dienen te houden om gehoorschade op de werkvloer te voorkomen:

1. Indien er een geluidsbron aanwezig is die meer dan 80dB produceert, moet er door de werkgever geprobeerd

worden het volume te reduceren (bijvoorbeeld door omkasting van een machine).

2. Voorkom langdurige blootstelling aan geluiden >80dB door het wisselen van taken en/of werkplekken.

3. De werkgever moet bij 80dB gehoorbescherming aanbieden en de werknemer is vanaf 85dB verplicht deze te dragen. Ook dienen de ruimten waar gehoorbescherming is vereist, gemarkeerd te worden.

4. Bij geluiden van >80dB op de werkvloer moet de werkgever periodiek een gehooronderzoek aanbieden.

Werk je in geluid van >80dB en wordt er nog niks gedaan of aangeboden? Ga hier een gesprek over aan met je werkgever.

Uiteraard dragen harde geluiden in de vrije tijd (bijv. luisteren naar muziek via een koptelefoon of tijdens het uitgaan) bij aan de totale geluidsbelasting, waardoor het risico op schade toeneemt. Bescherm je gehoor daarom ook in je vrije tijd.

## Conclusie

- Gehoorschade is niet te genezen maar wel gemakkelijk te voorkomen.
- Gehoorschade treedt vaak geleidelijk op.
- Geluiden vanaf 80 dB kunnen schadelijk worden. Geluiden van 120dB kunnen directe schade opleveren.
- Gehoorschade leidt tot lichamelijke én psychische klachten.

## Casus: Timo

Timo volgt de opleiding tot metaalbewerker. Hij zit een dag in de week op school en de rest van de week werkt hij in een leerbedrijf. Zagen, boren, snijbranden en lassen zijn werkzaamheden waar Timo voornamelijk mee bezig is en waar hij ook veel plezier in heeft. Aan de slag gaan met gereedschap en machines heeft hem altijd meer getrokken dan met zijn neus in de boeken of achter de computer te zitten. Tijdens zijn werk draagt Timo altijd een lasbril, veiligheidshandschoenen en beschermende kleding. Waar hij eigenlijk nooit bij stil heeft gestaan is dat het geluid waarin hij werkt ook niet altijd helemaal veilig is. Er liggen wel altijd schuimdoppen op de werkplaats maar veel mensen dragen ze niet omdat ze, als je ze al goed in krijgt, al het geluid dempen. Een gesprek voeren met collega's is niet handig met die dingen in en Timo stoort zich verder ook niet aan het geluid. Jochem die nu zo'n 5 jaar voor hetzelfde bedrijf werkt en hetzelfde werk doet als Timo, stoort zich er wel aan. Sterker nog, hij is een stuk slechter aan zijn rechteroor gaan horen en dat merkte hij de laatste tijd pas op. De audicien, waar hij een hoortest had gedaan vertelde hem dat dit zeer waarschijnlijk het resultaat was van langdurige blootstelling aan hard geluid. Ook werd hem geadviseerd hier met zijn werkgever over te praten zodat er de juiste maatregelen worden genomen. Dit heeft hij gedaan en volgende week krijgen alle werknemers op maat gemaakte oordoppen aangemeten met een speciaal filter. Deze oordoppen zitten niet alleen beter maar door het filter kun je elkaar er ook nog prima mee verstaan. Na het verhaal van Jochem te hebben gehoord ziet Timo in dat hij naast zijn handen en ogen ook zijn gehoor tegen schade moet beschermen.

## Meer informatie

Kelly Coenen

Projectmanager, Nationale Hoorstichting

T: 070 349 50 44 | coenen@hoorstichting.nl | www.hoorstichting.nl

Laan van Nieuw Oost-Indië 334 | 2593 CE Den Haag | KvK 41159502