

SAMEN WERKEN AAN EEN GEZONDE GELUIDSOMGEVING



IN AANLOOP NAAR DE PUBLICATIE VAN HET RAPPORT 'MOE VAN GELUID: OVER HOE GELUID EN GEHOOR SAMENHANGEN MET VITALITEIT OP HET WERK' SCHUIVEN VIER VAN DE VIJF INITIATIEFNEMERS VAN HET PROJECT AAN BIJ EARLINE IN UTRECHT VOOR EEN VERDIEPEND GESPREK. ZE DELEN ÉÉN DOEL: MEER AANDACHT VOOR GELUID EN GEHOOR IN DE WERKOMGEVING. LEES MEE ALSOF U ZELF AAN TAFEL ZAT.

MODERATOR Anneke Pastoor TEKST Renate de Jonge BEELD Miranda Becker Hoff

ARNOLD, CORRINE, CARMEN EN JUDITH

Earline Hoe zijn jullie als partijen bij elkaar gekomen?

Carmen de Jonge Het begon met een gesprek tussen collega's uit verschillende werkvelden. We merkten dat er binnen de hoorbranche veel kennis is over gehoorverlies en werk, maar dat die kennis nauwelijks de wereld van de werkenden bereikt. Werkgevers en werknemers ervaren dagelijks de gevolgen van lawaai of hinderlijk geluid, maar het thema blijft een blinde vlek. Zo ontstond het idee om de krachten te bundelen: Stichting Hoormij, de NVAB-bedrijfsartsen en de NVAB-audicienbedrijven. Via dat netwerk kwam Judith erbij. Samen wilden we theorie en praktijk verbinden.

Judith Veen Sinds 2020 werk ik al samen met Hoormij aan onderzoeken en projecten op de werkvloer. Na mijn eigen ervaring met plotsdooftheid besepte ik hoe weinig kennis er binnen het arboveld is over gehoor en de samenhang met geluidsomgeving. Met Heart2Hear help ik organisaties om geluid en de impact daarvan op het werkvermogen en werkplezier inzichtelijk te maken. Vanuit die praktijkervaring ben ik bij dit project betrokken geraakt.

Arnold Schriemer Als bedrijfsarts zie ik dagelijks wat geluid doet met mensen. Niet alleen bij gehoorverlies, maar ook bij werknemers die overprikkeld raken door open kantoortuinen of constante achtergrondgeluiden. De effecten op concentratie en vermoeidheid zijn groot. Eerlijk gezegd vind ik dat die open kantoortuinen bij wet verboden zouden moeten worden: ze zijn ooit bedacht om samenwerking te bevorderen, maar veroorzaken vooral onrust en uitputting. Helaas is geluid, als dat niet gehoorbeschadigend is, in de arbowereld nog vaak een vergeten onderwerp.

Corrine Verwer Wij brengen het perspectief van de patiënt en het belang van preventie in. Onze achterban bestaat uit mensen die dagelijks ervaren wat geluid en gehoorverlies doen met hun energie, gezondheid en levenskwaliteit. Dat maakt het voor ons logisch om dit onderwerp breder op de kaart te zetten.

AAN TAFEL

- 1 Corrine Verwer**
directeur patiëntenorganisatie Stichting Hoormij
- 2 Arnold Schriemer**
bedrijfsarts Arbo Unie en aanwezig namens Nederlandse Vereniging voor Arbeids- en Bedrijfsgeneeskunde (NVAB)
- 3 Judith Veen**
eigenaar Heart2Hear, adviesbureau gespecialiseerd in gezonde geluidsomgeving
- 4 Carmen de Jonge**
voorzitter Nederlandse Vereniging van Audicienbedrijven (NVAB)

Earline Wat maakt geluid op de werkvloer zo'n belangrijk thema?

Carmen We weten veel over schadelijke geluidsniveaus boven 80 dB. Maar over hinderlijk geluid dat onder die norm blijft, maar wél vermoeidheid en concentratieproblemen veroorzaakt, weten we nog weinig. En dat raakt uiteindelijk aan vitaliteit, productiviteit én werkplezier. We merkten in het begin dat het onderwerp hinderlijk geluid vaak te technisch werd benaderd, terwijl het juist een breder welzijnsthema is. Het gaat niet alleen om arbonormen, maar ook om twee andere, urgente aspecten: hinderlijk geluid en de groeiende groep mensen met gehoorverlies. De WHO voorspelt dat dit wereldwijd sterk zal toenemen. Alleen al in Nederland spreken we over 2,5 miljoen mensen met meer of minder gehoorverlies. Daarvan zijn er zo'n 800 duizend jonger en nog actief op de arbeidsmarkt.





Arnold Het gaat om meer dan gehoorschade. Hinderlijk geluid zorgt voor onrust. Mensen raken gespannen, slapen slechter, presteren minder goed. En bij wie al gehoorverlies heeft, versterkt dat effect. Het is een sluipend probleem dat zich vaak pas toont in verzuim of uitval.

Corrine Mensen met gehoorverlies hebben vaak al jaren signalen genegeerd en ook mensen zonder gehoorverlies ondervinden nadelen van hinderlijk geluid. Als we eerder aandacht hebben voor hinderlijk geluid, voorkomen we dat mensen overbelast raken of zich terugtrekken. Dit project brengt die thema's prachtig samen.

Earline Welke inzichten uit het onderzoek hebben jullie ver-rast?

Judith Wat mij trof, was hoe weinig mensen beseffen dat geluid hen vermoeit. Het is te vergelijken met het 'gekookte-kikkersyndroom': een kikker die in koud water zit dat langzaam wordt opgewarmd, blijft zitten tot het te laat is. Zo gaan mensen ook met lawaai om: ze denken dat het normaal is en er niets aan kunnen doen, tot hun energieniveau keldert.

Arnold Inderdaad. Terwijl een kikker die in heet water wordt gegooit, er direct weer uitspringt.

Judith De vitaliteitsscan onder medewerkers gaf indrukwekkende resultaten. De helft van de deelnemers ervoer hinder van geluid en 34 procent rapporteerde echt klachten zoals vermoeidheid, hoofdpijn of concentratieverlies.

Carmen Wat opviel, is dat in industriële omgevingen het gehoorverlies zelf groter was, maar in het onderwijs gaven mensen hun gehoor de laagste waardering. Ze hebben vaak geen gehoorschade, maar wél een omgeving vol lawaai en voortdurende communicatie. Dat vraagt enorm veel energie. Dan zie je dus dat het niet altijd om gehoorverlies gaat, maar ook om de luisterinspanning. Het brein raakt uitgeput als het steeds moet filteren. En dat effect neemt toe met de leeftijd. Vanaf het vijftigste levensjaar zagen we een duidelijk grotere groep die beginnend gehoorverlies >25dB heeft en vanaf 60 jaar neemt dat nog verder toe naar >35dB. Maar zoals zo vaak gezegd: 'je weet niet wat je niet hoort', mensen gaan door en beseffen niet altijd waar die vermoeidheid 's avonds op de bank vandaan komt. En als men weet dat het door gehoorverlies komt, is er wat aan te doen.

Judith Wat het extra lastig maakt, is dat mensen niet de juiste woorden hebben om hun overlast te beschrijven. Zo dra je er iets van zegt, hangt er meteen een waardeoordeel aan: 'stel je niet aan', of 'het hoort erbij'. Daardoor blijft het gesprek uit. We hebben dus niet alleen kennis nodig, maar ook de taal om dit bespreekbaar te maken.

Corrine Daar sluit ik me bij aan. Mensen ervaren vaak een drempel om over geluidsoverlast te praten. Ze denken dat het aan henzelf ligt of dat ze 'moeilijk' zijn. Juist daarom moeten we het normaliseren: het is niet raar om hinder te ervaren.

Judith Tijdens onze workshops merkten we dat mensen zich pas echt openstelden toen ze zich herkenden in elkaars ervaringen. Nieuwsgierigheid helpt: als je begrijpt wat geluid met je brein doet, kun je bespreekbaar maken wat je nodig hebt en er iets aan veranderen. Dat gevoel van gezamenlijkheid en commitment is essentieel.

Earline Wanneer is geluid eigenlijk hinderlijk?

Carmen Wanneer er op de werkvloer wordt geklaagd over hinderlijk geluid, is de eerste vraag: waar hebben we het dan over? Het gaat niet per se om de decibellen, maar om de mate waarin geluid als storend wordt ervaren. En daar zijn we allemaal verschillend in.

Judith Wat we regelmatig zien op de werkvloer is dat werknemers onverwacht worden afgeleid door (achtergrond)geluiden. Of bijvoorbeeld als er gesprekken in je omgeving zijn, die verstaanbaar zijn. Dat klinkt misschien vreemd, maar het brein gaat automatisch proberen gesprekken te volgen. Als mensen naast je Nederlands spreken, kan dat veel vermoeiender zijn dan een gesprek dat wordt gevoerd in een taal die je niet kent zoals Japans, omdat je brein niet 'uit' kan. Daarom is verstaanbaarheid een belangrijke factor in beleving.

Arnold Het is ook heel individueel. De een kan prima werken in een drukke ruimte, de ander raakt uitgeput. Een werkgever zei tijdens een workshop: 'Ik hoorde klachten over geluid, maar ik kon er geen vinger op leggen'. Toen we het gingen meten, bleek het onder de 80dB, maar toch hinderlijk. Dat soort inzichten maakt veel duidelijk. Mede door de aanpak met de geluidscamera, gehoorscreenings en workshops wisten we het bespreekbaar te maken binnen teams. Dat is veel waard gebleken.

IK VIND DAT KANTOORTUINEN BIJ WET
VERBODEN MOETEN WORDEN

Earline Wat betekent dit voor werkgevers?

Judith Werkgevers onderschatten de klachten als gevolg van hinderlijk geluid. In de verplichte RI&E (Risico-Inventarisatie & Evaluatie) wordt geluid nauwelijks meegenomen, terwijl het direct invloed heeft op vitaliteit en duurzame inzetbaarheid. Daarmee laten ze structureel iets liggen als het gaat om een belangrijk arbothema: Veilig en Gezond werken.

Carmen Als je weet dat 10% van de beroepsbevolking gehoorverlies heeft, dan is dat één op de tien collega's. Dat is niet marginaal, sterker nog, je moet er meer aandacht aan geven. Anders vallen deze mensen uit, ver voor de beoogde pensioendatum. Goed zorgen voor je mensen levert meer productiviteit op, minder verzuim én meer werkgeluk. Toch wordt er pas gehandeld als er schade is. Dat is veel te laat. Bij een van de deelnemende bedrijven zagen we dat drie van de tien medewerkers hun gehoor een zware onvoldoende gaven. Dat zegt veel over de ervaren belasting. Als je dat als werkgever weet, kun je niet meer zeggen: 'het valt wel mee'. Onderzoek laat bovendien zien dat goed zorgen voor je mensen 3 tot 9 procent extra productiviteit kan opleveren. Twee dingen zijn daarbij cruciaal: maak het onderwerp scherp en zichtbaar en toon aan dat je er iets aan kunt doen. Maak het vooral bespreekbaar.

Arnold Wat ook speelt, is dat werkplekdeskundigen nog geen duidelijk kader hebben om niet-gehoorbeschadigend geluid te beoordelen. Geluidsoverlast valt vaak tussen de regels van hun bestaande instrumenten. Daardoor blijft het een lastig bespreekbaar thema.

Corrine En tegelijkertijd moeten we de drempel verlagen voor werknemers. Mensen durven vaak niet te zeggen dat ze last hebben van geluid of moeite hebben met verstaan. Door woorden te geven aan die ervaring, maak je het bespreekbaar.

DE PROFESSIONALS DIE RI&E'S UITVOEREN
HEBBEN VAAK NOG TE WEINIG KENNIS
OVER HINDERLIJK GELUID

Earline Hoe kreeg het project concreet vorm?

Corrine De stuurgroep kwam maandelijks bijeen. Het team van Heart2Hear bezocht bedrijven, deed metingen met een geluidscamera en begeleidde workshops. Audiciens verzorgden gehoorscreenings. Zo ontstond een compleet beeld: van geluidsbronnen tot beleving en van fysieke metingen tot emoties.

Judith Met die geluidscamera kun je letterlijk zien waar het geluid vandaan komt. Je krijgt een soort warmtebeeld van lawaai. Dat maakte veel indruk. Medewerkers herkenden hun omgeving ineens op een andere manier. Daarnaast deden we gehoorscreenings op locatie, samen met audiciens van Hans Anders en Specsavers. Binnen vijftien minuten had elke deelnemer een test en persoonlijk advies. Zo werd het project tastbaar en dichtbij.

Carmen Het project werd mede mogelijk gemaakt door het Instituut GAK. Dat fonds is ooit ontstaan uit de privatisering van de oude bedrijfsverenigingen. Zij financieren onderzoeksprojecten die bijdragen aan sociale zekerheid en duurzame inzetbaarheid. Ons voorstel paste daar perfect in. En de samenwerking was de sleutel. Elk van ons bracht een ander perspectief: van patiëntenervaring tot bedrijfsgezondheid en techniek. Zo konden we het hele speelveld in beeld brengen.



Earline Hoe wordt het rapport nu verder verspreid?

Corrine Wij gaan als Stichting Hoormij de bevindingen actief delen: via beleidskanalen, ervaringsverhalen en onze achterban. Het rapport biedt taal en handvatten om gehoor en geluid op de agenda te zetten bij werknemers, werkgevers en de overheid. Maar we hopen ook dat mensen die zelf gehoorverlies ervaren, zelf meer durven te benoemen wat zij nodig hebben om goed en prettig te kunnen blijven functioneren.

Carmen Vanuit de NVAB willen we het ook bij het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid (SZW) onder de aandacht brengen. Daar ligt de link met arbeid, gezondheid en inzetbaarheid. Gehoor is nu nog te vaak alleen een 'hulpmiddel' in de zorg, terwijl het juist een maatschappelijk thema is. De impact van gehoorverlies op de arbeidsmarkt is al eens berekend in het SIRM rapport. Als we er niet naar gaan handelen, kost dat de maatschappij meer dan 2 miljard euro.

Arnold Bij het ministerie van SZW hoort dit gesprek thuis. Geluid raakt direct aan duurzame inzetbaarheid en werkvermogen. Als 10% van de werkenden straks de pensioengerechtigde leeftijd niet haalt door vermoeidheid en concentratieproblemen, dan is dat niet alleen persoonlijk leed, maar ook een maatschappelijk probleem.

AUDICIENS ZIEN CLIËNTEN JONGER
BINNENKOMEN, WERK EN GEHOORVERLIES
ZIJN GEEN GELUKKIGE COMBINATIE

Earline Wat is er nodig om de bewustwording te vergroten?

Judith Onderwijs aan arboprofessionals speelt een cruciale rol. De professionals die RI&E's uitvoeren – arbeids- en veiligheidskundigen – hebben vaak nog te weinig kennis over hinderlijk geluid. Daar begint het mee: weten wat de impact is, zodat je ernaar kunt handelen. Ik gebruik zelf graag de term 'chaotische geluidsomgeving'. Die dekt beter de lading dan 'hinderlijk geluid'. Pas als je het kunt benoemen, kun je het verbeteren."

Arnold Wat mij betreft mag het thema 'gezonde geluidsomgeving' net zo normaal worden als werkhouding of ergonomie. We moeten de lat hoger leggen. Niet uit plicht, maar omdat het mensen beter laat functioneren. In Nederland zijn er talloze regels en richtlijnen, maar nauwelijks handhaving. Werkgevers die niets doen, komen er vaak gewoon mee weg. Dat moet veranderen, want gezondheid en vitaliteit verdienen dezelfde aandacht als veiligheid.

Earline Wat hopen jullie dat het rapport teweegbrengt?

Corrine Empowerment. Dat mensen met gehoorverlies, of wanneer ze last hebben van hinderlijk geluid, weten: ik ben niet de enige en ik mag dit aankaarten. Dat werkgevers leren luisteren. En dat beleidsmakers inzien dat dit niet gaat over een klein probleem, maar over welzijn en vitaliteit op de werkvloer.

Carmen Dat we weer echt oog en oor gaan hebben voor de impact van geluid en gehoor. Dat levert maatschappelijk veel op. En ja, ook audiciens kunnen hierin een belangrijke rol spelen. Vraag een klant niet alleen naar het gehoor, maar ook: 'Hoe kan het dat u zo moe bent aan het eind van de dag?' Dat gesprek opent vaak de echte oorzaak.

"Dit project illustreert prachtig hoe goede samenwerking tussen werkgevers, werknemers en arboprofessionals uitval voorkomt en tot gezondere arbeidsomstandigheden leidt. Hier zetten we ons als vereniging van bedrijfsartsen actief voor in. Laat dit project een inspiratie zijn voor het aanpakken van veel meer risico's op de werkvloer!"

Gijsbert van Lomwel, directeur Nederlandse Vereniging voor Arbeids- en Bedrijfsgeneeskunde (NVAB)



Judith Voor mij is het ook belangrijk dat het niet bij dit rapport blijft. We hebben aangetoond dat geluid invloed heeft op vitaliteit. Nu moeten we zorgen dat het wordt opgenomen in beleid, opleidingen en screenings. Want het is veel makkelijker om te voorkomen dan te genezen. Ik hoop dat we meer gaan zien wat er werkelijk speelt, en dat iedereen beseft: de audicien, de bedrijfsarts, de patiënt – we zijn allemaal onderdeel van één keten. De mens staat daarbij in het midden. Uiteindelijk draait het om verbinding en om het vinden van dat positieve geluid.

GELUID IS OVERAL, MAAR ZELDEN ÉCHT ONDERWERP VAN GESPREK

Carmen Precies. We willen dat geluid wordt herkend als gezondheidsrisico én als kans: door beter te luisteren naar elkaar, kun je letterlijk beter werken.

Arnold Zelf ben ik door dit project anders gaan kijken. Ik hoor het thema geluid nu dagelijks terug in mijn spreekkamer. Pas als je er oog én oor voor krijgt, zie je hoeveel impact het heeft. Dat is wat we met dit onderzoek willen bereiken.

Carmen Het programma 'Hoe hoort het op de werkvloer?' laat zien wat er mogelijk is als werelden elkaar vinden: de hoorbranche, bedrijfsartsen en werkgevers. Geluid blijkt geen detail, maar een bepalende factor voor welzijn en vitaliteit. De boodschap is helder: een gezonde geluidsomgeving vraagt om samenwerking, bewustwording en een open gesprek. Zo klinkt de toekomst hopelijk iets zachter, en veel gezonder.

Arnold Tot nu toe waren we onbewust een beetje doof voor de effecten van geluid. Dit rapport helpt ons om het te horen en er eindelijk iets aan te doen.

Reageren? Graag! Stuur een e-mail naar anneke.pastoor@ltmedia.nl en we gaan online door op dit onderwerp.