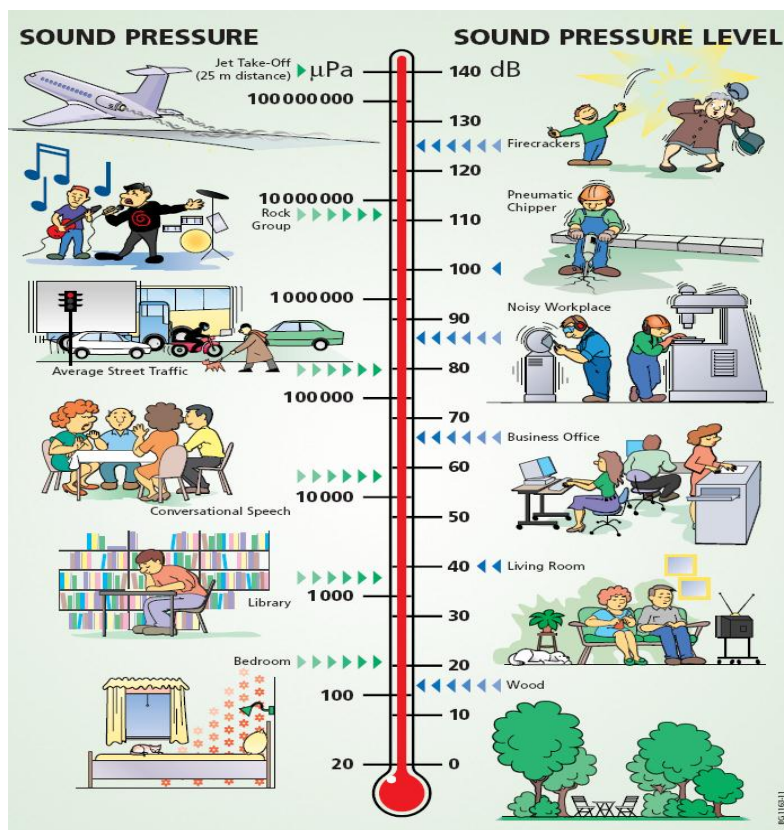




# STOP HET LAWAAI

Heel wat activiteiten binnen ons dagelijks leven zijn gebaseerd op horen of gehoord worden: instructies krijgen via de foreman, TV kijken, een babbel met vrienden op café, telefoneren, muziek beluisteren etc. Geluid heeft het grote voordeel om alomtegenwoordig te zijn waardoor je je aandacht er niet specifiek hoeft naar te richten. Al te vaak wordt het geluid echter te luid voor onze gevoelige oren!

## HOVEEL LAWAAI MAAK JIJ??



Om het verschil aan te duiden tussen zachte geluiden en oorverdovend lawaai, werd de decibelschaal ontwikkeld. Deze schaal is een logaritmische schaal zoals ook ons oor min of meer werkt. Voor het weergeven van het geluidsniveau wordt in veel gevallen een zogenaamde A-weging toegepast. Het menselijk oor zorgt immers al voor een filtering van het geluid. Hieruit resulteert de dB(A). Het geluidsniveau uitgedrukt in dB(A) komt het meest overeen met de geluidsbeleving van een mens.

Op basis van de Europese richtlijn werd door de Belgische wetgeving een onderste, namelijk 80 dB(A) en bovenste actiewaarde 85 dB(A) opgesteld.

Wanneer de werknemer te maken krijgt met een dagelijkse blootstelling van 80 à 85 dB(A) dient de werkgever hem/haar bescherming ter beschikking te stellen, te informeren en op te leiden in verband met de risico's van lawaai.

Bij een dagelijkse blootstelling van meer dan 85 dB(A) is de werknemer verplicht gehoorbescherming te dragen en dient de werkgever een preventieprogramma op te stellen.

## Hoor jij er nog bij met het cocktailparty effect

Hoe komt het dat we niet meer horen?

Als die haartjes teveel geluid moeten verwerken, dan raken ze tijdelijk, of soms zelfs voor altijd, verdoofd. Gun je ze niet voldoende tijd om te recupereren, dan sterven ze af. Er komen echter geen nieuwe trilharen voor in de plaats, wat wil zeggen dat je ze voor altijd kwijt bent. Gehoorschade is dus onomkeerbaar!!



Vanaf 30 jaar is beperkt gehoorverlies normaal. Naarmate men ouder wordt, neemt dit toe vooral bij hogere frequenties (> 1000 Hz).

Wanneer sterker gehoorverlies optreedt in het hoge tonengebied, namelijk van 2000 tot 6000 Hz) door langdurige blootstelling aan lawaai spreekt men van lawaaidoofheid.

Dit wordt in eerste instantie opgemerkt wanneer gesprekken niet kunnen gevolgd worden in een ruimte vol geroezemoes en 'lawaai'. Dit wordt het cocktailparty-effect genoemd.

Wanneer de trilhaartjes vooraan in het slakkenhuis, gevoelig voor de hoge tonen, beschadigd worden, wordt het steeds moeilijker een gesprek te filteren uit het omgevingslawaai.

## Wat doen onze trilhaartjes in het slakkenhuis?

Vooraleer we geluid herkennen leggen de geluidsgolven via trillingen in de lucht een hele weg af. De geluidsgolven bereiken onze oorschelp en doen vervolgens het trommelvlies trillen. Hierna komt de golf inwendig in ons oor uiteindelijk tot het slakkenhuis, wat gevuld is met vloeistof en bedekt met trilhaartjes. Door het uiteindelijke trillen van de vloeistof in het slakkenhuis worden trilhaartjes in beweging gebracht. De trilhaartjes zijn verbonden met de zenuwen waardoor wij tenslotte horen. Naargelang de toonhoogte worden andere trilhaartjes in beweging gebracht. Op die manier kunnen ook geluiden herkend worden.

## Hoe merk je gehoorschade op?

- Het niet meer horen van hoge tonen.
- Het niet meer horen van zachte geluiden.
- Steeds meer moeite hebben met telefoneren.
- Je hoort geluid, maar kan het niet lokaliseren.
- Voortdurend fluit- of pieptonen in je oor horen.
- Moeilijk een gesprek kunnen voeren in een rumoerige omgeving.

Gehoorschade is onomkeerbaar!! Dit betekent echter niet dat eens men het heeft opgelopen er niets meer aan te doen is. Integendeel door het dragen van gehoorbescherming kan verdergaande gehoorschade vermeden worden.

## Hoe kunnen we lawaaidoofheid vermijden?

- Akoestiek verbeteren door het geluid te isoleren en te absorberen
- **Gehoorbescherming** dragen



## **Wie draagt gehoorbescherming?**

Het dragen van gehoorbescherming is verplicht voor de werknemers die dagelijks blootgesteld worden aan een geluidsniveau van 85 dB(A).

Bij CEWEZ is dit bijgevolg voor volgende functies: lossen van gekoelde fruitschepen, roteurs, lashen, toezichter op schip tijdens 10-tal auto's laden, chauffeurs en toezichters nabij haventrekkers.

Ook bij lagere blootstelling tussen 80 en 85 dB(A) is het aangewezen gebruik te maken van gehoorbescherming, dus ook markeurs, foremannen en pinnemannen.

Hoe hoger het geluidsniveau, hoe korter de blootstelling slechts mag duren.

## **PRAKTISCH: Hoe kunnen we onze oren beschermen?**

We kunnen onze oren beschermen door het dragen van oordoppen al dan niet op maat gemaakt en oorkappen. Vanuit CEWEZ worden voor de functies met het hoogste geluidsniveau oordoppen op maat, de zogenaamde otoplastieken overhandigd.

Daar deze op maat gemaakt worden, zullen jullie op de hoogte gebracht worden wanneer de oren kunnen opgemeten worden.

Enkele weken later zullen jullie de specifieke otoplastieken in ontvangst kunnen nemen. Deze hebben een hoog draagcomfort zodat jullie deze optimaal kunnen benutten en jullie oren optimaal beschermd worden bij het dragen. Geef deze otoplastieken echter nooit door aan een collega of vriend. Deze zijn immers enkel voor jou bestemd en zullen enkel voor jou voldoende bescherming opleveren!!

