

# TOOLBOX:

## Waarom je oren beschermen?

12/05/2021

# Gehoorbeschadiging?



Beschadigde  
haarcellen

# of gehoorbescherming?



Gezonde  
haarcellen



# Lawaaidoofheid... op 1 na de belangrijkste beroepsziekte

- Het verband tussen overmatige blootstelling aan geluid en gehoorschade is al vele jaren bewezen. In onze huidige samenleving is lawaai overal.
- Lawaaidoofheid is de op een na belangrijkste beroepsziekte. Ongeveer 10 tot 12% van de actieve beroepsbevolking loopt het risico op ernstige slechthorendheid.
- Veel mensen lopen ook gehoorschade op door luidruchtige activiteiten in hun vrije tijd: cinema, concert, discotheek ...

# Hoe ontstaat gehoorschade



1. door **te lang** te verblijven **in** een omgeving met **teveel lawaai**



2. aangeboren
3. door ziekte =>
4. ouderdom



Middenoor  
ontsteking



Gezond oor

In mijn werkomgeving is er een continue geluidsbelasting van 95 dB(A).

Hoe lang kan ik hier verblijven zonder kans op lawaaischade?

=>15 minuten

Geluidsniveau (in dB(A))	Maximale tijd
80	8 uur
83	4 uur
90	48 minuten
100	5 minuten
110	30 seconden

Elke 3 dB(A) verdubbelt de geluidsbelasting en halveert de tijd ...

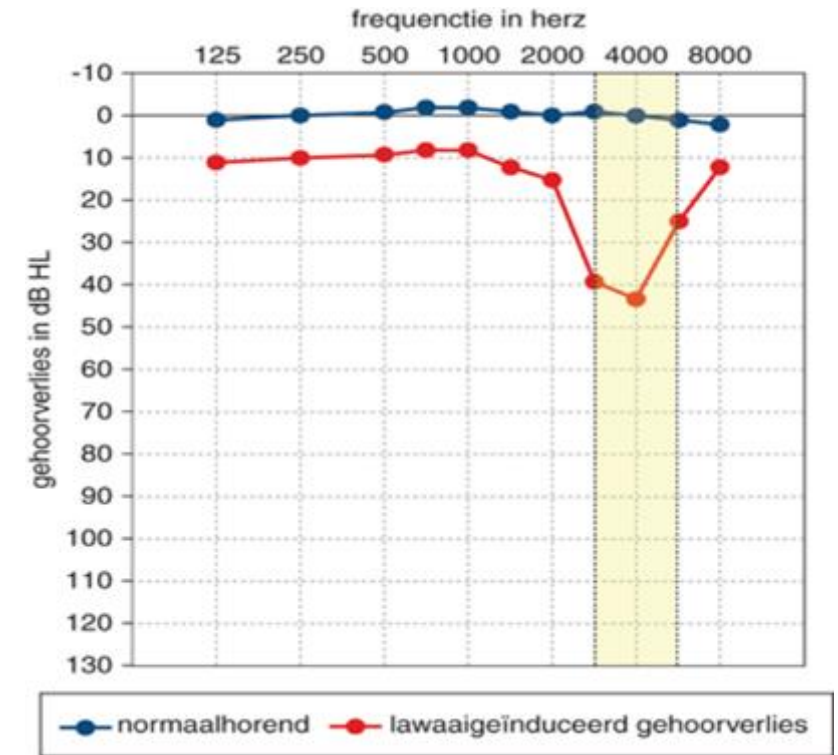
Draag daarom je gehoorbescherming **altijd!**



# Wat zijn mogelijke gevolgen van te lange aanwezigheid in teveel lawaai?

1. Lawaaidoofheid
2. Oorsuizen (tinnitus) - overgevoeligheid aan geluid
3. Verhoogde hartslag, hartritmestoornissen
4. Slaapproblemen, vermoeidheid
5. Concentratieproblemen

[Tinnitus Stress - Hoe Klinkt Oorsuizen? - YouTube](#)

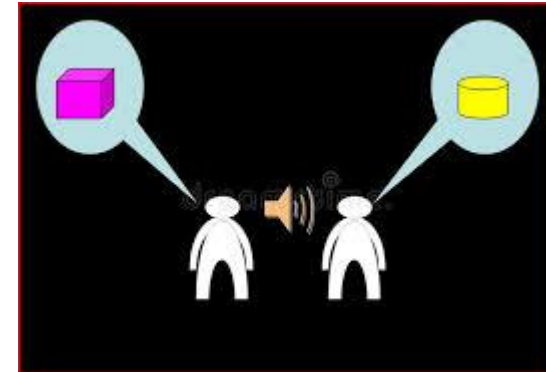


# Wat zijn mogelijke gevolgen van **doofheid** !



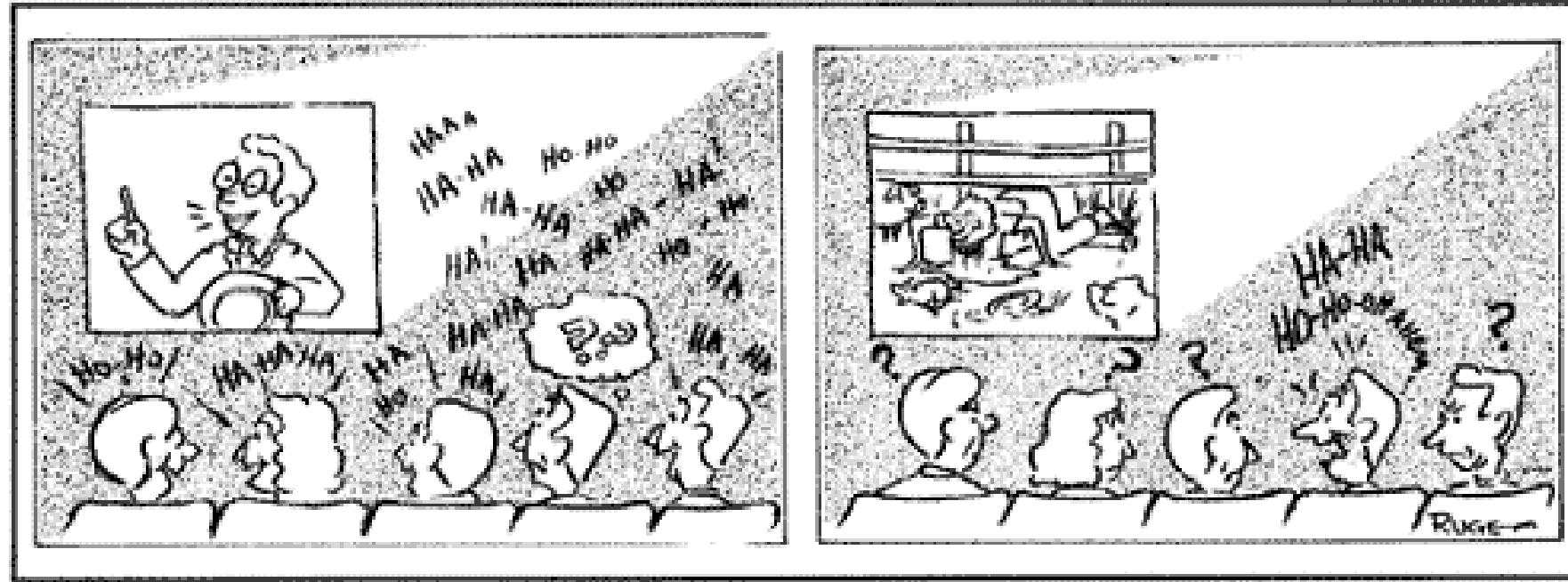
Je veiligheid en die van je collega's komt in het gedrang

- Niet meer ervaren vanwaar een geluid komt
- Alarmsignalen niet meer horen
- Instructies niet of verkeerd begrijpen



Niet meer voldoen aan de fysieke voorwaarden voor je functie!

## En veel meer!



1. Verminderde sociale contacten! Sociale isolatie
2. Verhoogde en versnelde kans op dementie! (zie volgende slide)
3. Radio en TV te luid zetten, zeer vervelend voor je naasten en omgeving
4. Gehoorverlies kan tot evenwichtsproblemen leiden. Met gehoorverlies valt men gemiddeld drie keer sneller dan met een gezond gehoor.



# Slechthorendheid en dementie

Er wordt steeds meer onderzoek gedaan naar het verband tussen gehoorverlies en achteruitgang van ons geheugen. Onderzoek wijst nu al wel uit dat gehoorverlies een belangrijke risicofactor is voor dementie. Zelfs mild gehoorverlies verhoogt de kans op cognitieve achteruitgang en dementie op lange termijn. Verminderd gehoor leidt waarschijnlijk tot meer sociale isolatie, een bekende risicofactor voor dementie.



Van alle dementiegevallen zou 9% te verklaren zijn door gehoorverlies.

# Preventie en tips voor op het werk en elders

De werkgever zorgt voor vermindering van het lawaai door de “bron” aan te pakken!

Gehoorbescherming vergeten? Vraag kneedbare wegwerpdoppen bij je werkgever! Ga nooit zonder gehoorbescherming in de lawaaizone!

Ben je privé toch blootgesteld geweest aan lawaai? Geef je oren de tijd om tot rust te komen...ga niet opnieuw een omgeving binnen waar er teveel lawaai is!

Alarmerende signalen:

- Heb je last van een piepton in de oren?  
Dit is een duidelijk alarmsignaal: de oren zijn mogelijk beschadigd...
- Je moet het volume van je tv, radio of telefoon steeds harder zetten...
- Gesprekken worden moeilijk te volgen, je moet geregeld vragen om een zin te herhalen...

# Preventietips voor op het werk en elders

Alarmsignalen?

Laat je oren **tijdig** testen!



## Tips

- Zorg zeker ook dat de oren van je kinderen beschermd zijn!  
Die zijn extra gevoelig.
  
- Beluister je muziek?  
Verkies een **goede koptelefoon** boven in-ear oordopjes.



# Het aanbod bij kledijuitrusting

Otoplastieken:  
op maat gemaakte oordoppen



Comfort oorkap  
met brede hoofdband



Conische oorplug  
met zeer zachte lamellen



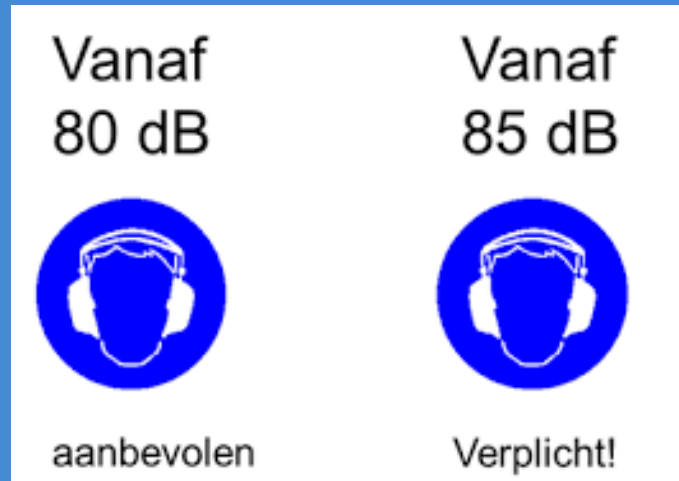
Kneedbare doppen  
van zachte mousse



Daarom... je oren altijd beschermen!



Draag je gehoorbescherming  
**ALTIJD**  
waar dit aanbevolen of verplicht is !



*Dank voor je aandacht !*