

# YOUNG PEOPLE WITH OLD EARS!

Naarmate men ouder wordt, hoort men minder goed. Dat is een natuurlijk proces dat begint vanaf de leeftijd van ongeveer 30 jaar en waarop men weinig vat heeft. Heel geleidelijk vangt men hoge tonen minder goed op, terwijl net die tonen van belang zijn om goed te verstaan wat er gezegd wordt.

Ook langdurig blootgesteld worden aan lawaai is een toenemende oorzaak van slechthorendheid. De laatste jaren is het aantal slechthorenden sterk toegenomen, ook op jonge leeftijd. Als de haarcellen in het binnenoor beschadigd worden door langdurige of overdreven blootstelling aan lawaai is de schade niet meer te herstellen.

Een decibel geeft de sterkte van een geluid weer. Een goed horend persoon kan geluiden waarnemen vanaf 0 dB. De pijngrens ligt op 120 dB. Bij een geluid onder de 75 decibel bestaat er geen risico op gehoorschade.

## Wanneer is lawaai schadelijk?

De invloed van lawaai op het gehoor is afhankelijk van verschillende factoren: de hoeveelheid geluidsenergie (niveau, de blootstellingsduur en de aanwezige frequenties in het geluid), het aantal blootstellingen en pauzes, de individuele gevoeligheid en omgevingsfactoren.

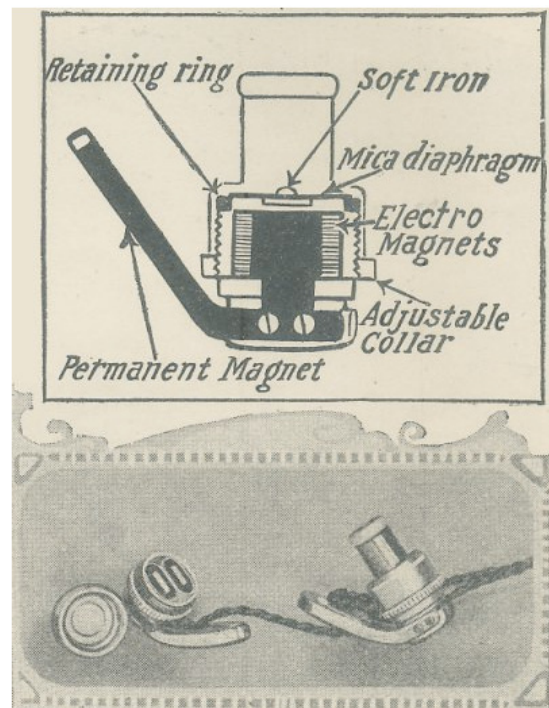
De limiet staat op 75 dB en 8 uur per dag. Wie die grens respecteert, schaaft zijn gehoor niet. Stijgt het geluidsvolume boven 75 dB, dan verkort de 'veilige' tijd. Per 3 extra decibels halveert de tijd, bv. bij 78 dB kan men slechts 4 uur zonder risico in het lawaai blijven. Vanaf 120 tot 140 dB is de pijngrens bereikt en loopt men onmiddellijk gehoorschade op.

| Decibel | Geluid                            | Gehoorschade na |
|---------|-----------------------------------|-----------------|
| 73 dB   | Luide gesprekken                  | Geen            |
| 75 dB   | Stadslawaai                       | 8 uur           |
| 78 dB   | Verkeerslawaaai                   | 4 uur           |
| 81 dB   | Voorbijrazende trein              | 2 uur           |
| 84 dB   | Zware vrachtwagen                 | 1 uur           |
| 87 dB   | iPod, hard geschreeuw             | 30 min.         |
| 90 dB   | Disco, popconcert, iPod           | 15 min.         |
| 99 dB   | Disco, popconcert, iPod, bioscoop | 2 min.          |
| 110 dB  | Houseparty, disco, rockfestival   | 7 sec.          |
| 120 dB  | Opgefokte iPod                    | onmiddellijk    |

Te veel en te lang blootgesteld worden aan lawaai kan leiden tot slechthorendheid, oorpijn, oorsuizen (tinnitus) of overgevoeligheid aan geluid (hyperacusis).

Lawaai kan ook oorzaak zijn van: verhoogde hartslag, verhoogd ademhalingsritme, verhoogde bloeddruk, verstoorde voedselvertering, slaapproblemen, verminderde aandacht en concentratieproblemen, duizeligheid en evenwichtsstoornissen, hoofdpijn en migraine, maagzweren bij lange blootstelling aan te hoge geluidsniveaus, risico op klaplong omdat te luide trillingen ervoor zorgen dat er lucht komt tussen long en borstkas. Wanneer lawaai in combinatie met andere factoren zoals alcohol, drugs, veroudering ... voorkomt, worden al deze gevolgen nog versterkt.

(bron: cm.be)



Het allereerste oortje verklaard (bron: Science and Invention, mei 1926).

