

‘Ik zie meer oorschade door stress dan door lawaai’

De oren van onze jongeren zijn er helemaal niet zo slecht aan toe. Met die conclusie roeit de medische wereld tegen de stroom in. “Als we het hebben over oorschade, moeten we eerder de arbeiders met de drillboren viseren. Te vaak werken ze onbeschermd.”

TEKST HERMIEN VANOOST

Horendol werd Bert Lecomte van die pieptoon in zijn oren. Studeren ging moeilijk en zelfs op café gaan werd een hele uitdaging. Pas door erover te praten en relaxatietherapie te volgen, lukte het hem uiteindelijk vrede te nemen met de constante oorlog in zijn oren. Om andere jongeren op de gevaren te wijzen, lanceerde hij recent *De tuut van tegenwoordig*, een online platform met tips, een forum en getuigenissen van bekende lotgenoten.

NOBEL INITIATIEF, zou je denken. En toch is dokter Paul Govaerts, directeur van oorartsenpraktijk De Oorgroep en (gast)professor aan verschillende universiteiten, er niet helemaal gelukkig mee. “Door al die verhalen en al die aandacht voor oorschade praat je jongeren nodeloos angst aan. En dat is juist slecht voor de oren.” Govaerts heeft het over stressgeïnduceerde gehoorschade. Stress verhoogt de druk in het slakkenhuis waardoor er schade in de haarcellen kan optreden. Het zijn diezelfde haarcellen die bij te veel lawaai kapot gaan en gehoorproblemen veroorzaken. “In onze praktijk zie ik meer jongeren passeren die oorschade krijgen door bezorgdheid dan door lawaai. Durf chillen, dat is mijn boodschap voor de jeugd. Laat je niet bang maken. Gebruik zelf je gezond verstand.”

DAT JONGEREN VANDAAG meer dan vroeger met gehoorproblemen kampen,

spreekt Govaerts eveneens tegen. Het wetenschappelijk onderzoek geeft hem gelijk. Vijftig jaar geleden onderzocht de Internationale Organisatie voor Standaardisatie het gehoor van vele duizenden achttienjarigen wereldwijd. De ISO-norm die eruit voortvloeide, gebruiken artsen vandaag nog altijd om uit te maken of iemand ‘normaal’ hoort. Recent hebben Amerikaanse onderzoekers van onder andere het National Institute of Health en de Food and Drug Administration de studie op kleinere schaal maar met dezelfde methodologie herhaald. De resultaten tonen geen significant verschil. In absolute cijfers scoorden de oren van de jongeren van vandaag zelfs iets beter.

OORDOPJES WEGGOOIEN dan maar?

Govaerts: “Toch niet. Door het probleem te nuanceren, lijkt het alsof ik oorschade ontken. Dat is verre van de bedoeling. Loeiharde decibels op festivals zijn wel degelijk problematisch voor de oren. Ga dus niet bij de luidsprekers staan en steek die doppen in je oren.” Hightech moeten die trouwens niet zijn, de goedkopere prefab-dopjes bieden voldoende bescherming.

EEN GROEP BIJ WIE oorschade wel dringend hoger op de agenda moet komen, zijn de arbeiders die beroepshalve aan lawaai zijn blootgesteld. Denk bijvoorbeeld aan de wegenwerkers met de drillboor.

Hoewel ze via de werkgever toegang hebben tot allerlei middelen om hun oren te beschermen, laten ze die te vaak achterwege.

3M, PRODUCENT VAN OORDOPPEN,

gehoorbeugels en gehoorkappen, heeft door de jaren heen heel wat kennis en ervaring rond lawaai-erige werkplekken opgebouwd. Application engineer Jan Goormans: “Samen met de klant gaan we na welke bescherming het meest geschikt is voor de situatie en de gebruiker. Bij warme omgevingen zijn oordoppen bijvoorbeeld beter geschikt dan gehoorkappen. Doppen zijn dan weer onhandig wanneer werknemers vaak vuile handen hebben. Ook de persoonlijke voorkeur en het draagcomfort is belangrijk, want comfortabele bescherming draag je gewoon liever.”

EN WAT ALS het kwaad al geschied is? Kunnen haarcellen zich nog herstellen? Volgens dokter Govaerts zijn de eerste uren en dagen na de blootstelling cruciaal. Blijven de oren na twee dagen suizen, dan rep je je best naar een dokter. Misschien kunnen medicijnen de schade dan nog beperken. “Weet in elk geval dat oorschade onomkeerbaar is. Eens slechte oren, altijd slechte oren. Zelfs hoorapparaten zullen je maar in beperkte mate helpen.”