

Gehoorschade

Ieder jaar lopen 25.000 jongeren matige tot ernstige gehoorschade op door o.a. te lang en te hard muziek te luisteren via MP3-spelers. Het is dus heel belangrijk tijdig de goede maatregelen te nemen.

In april 2010 is TMF de campagne gestart: Doof worden doe je zo! Het doel is om jongeren bewust te maken van de risico's op gehoorschade www.tmf.nl/microsites/doofwordendoejezo/. De meeste jongeren wéten wel dat 'herrie' slecht is voor hun oren, maar ze denken dat de gevolgen ervan wel meevallen. Dit komt omdat de schade zich langzaam opbouwt en pas na een aantal jaren merkbaar wordt.

Ontstaan van gehoorschade

Als iemand een hele tijd naar harde muziek luistert, raken de trilhaartjes in het slakkenhuis (deel van het oor) beschadigd. Deze trilhaartjes zetten de geluidstrillingen om in signalen die via de zenuwen naar de hersenen gestuurd worden. Wanneer de oren na het beluisteren van harde muziek een tijdje rust krijgen, lijken de trilhaartjes zich weer te herstellen. Iemand heeft bijvoorbeeld een vervelende ruis of fluittoon in het oor na het uitgaan, na een optreden of na het luisteren via je MP3-speler. De volgende ochtend is die ruis of toon weer weg. Krijgen de oren niet de tijd om te herstellen of luistert iemand te vaak naar harde muziek, dan raken die trilhaartjes blijvend beschadigd.

De gevolgen zijn ernstig: slechter horen, oorsuizen of een voortdurende piep in het oor. Deze gehoorschade gaat niet vanzelf over en er is geen medicijn voor.

Tips voor bescherming tegen gehoorschade die je aan je kind kunt meegeven:

MP3-speler:

- Zet het volume lager dan je gewend bent.
- Het geluid van je speler mag niet te horen zijn voor diegene die naast je zit.
- Luister nooit te lang naar harde muziek.
- Luister elke dag minder lang naar je MP3-speler.

Concerten, muziekfestivals, discotheken:

- Blijf zoveel mogelijk uit de buurt van geluidsboxen.
- Wissel regelmatig van plaats in de zaal.
- Neem elk uur even een 'oorpauze'; gebruik de chill out room om je oren even te laten rusten.
- Bezoek je vaak danceparties of concerten, koop dan een setje goede oordoppen: er zijn speciale 'partyplugs' met muziekfilter in de handel. Goede oordoppen koop je in een muziekwinkel www.geendomoor.nl of bij de audiciens www.nvab.nl.

De meeste DJ's dragen speciale oordoppen tijdens danceparties. Steeds meer popmuzikanten treden niet eens meer op zonder goede gehoorbescherming (in-ear systeem waarbij het podiumgeluid wordt gedempt).

Gehoorproblemen door gehoorschade

Als je kind klachten heeft oorsuizen of een piep in je oor, maak dan een afspraak met de jeugdarts van de GGD op school, via telefoonnummer 088- 443 3000. Geef aan de telefoon aan, dat je het gehoor van je kind wilt laten testen. Een afspraak maken met de huisarts kan natuurlijk ook.

Je kunt een online gehoortest doen via www.oorcheck.nl. Op deze site vind je ook veel bruikbare informatie over de oorzaken en gevolgen van gehoorschade.

Interessante sites om eens te bezoeken:

- www.hoorstichting.nl
- www.hoortest.nl