

Geluidsoverlast is een probleem in de stad, zo toont het onderzoek van De Oorzaak. Met meer politieke wil, meer natuur, minder verkeer en technische oplossingen is verbetering mogelijk. ‘Maar maximale stilte nastreven is niet het beste plan’, zeggen De Oorzaak-onderzoekers Laure Jacquemin en Cedric Vuye.

BARBARA DEBUSSCHERE
EN LOTTE BECKERS

‘Politici beseffen vaak niet wat geluidsniveaus doen met een mens’

‘Wat mij echt verbaast, is dat het in de stad altijd even luid is. De weekends en vakantieperiodes zijn nauwelijks stiller’

CEDRIC VUYE
PROFESSOR AKOESTIEK

Met **De Oorzaak** brengen *De Morgen*, Universiteit Antwerpen en het Universitair Ziekenhuis Antwerpen dankzij uw hulp geluid en geluidsoverlast in Vlaanderen in kaart.



DE OORZAAK

Ik heb nu tinnitus”, zegt Cedric Vuye (Universiteit Antwerpen). De ironie ontgaat de professor akoestiek niet. Twee jaar lang werkte hij met collega’s en burgerwetenschappers aan het geluidsonderzoek De Oorzaak, waarvoor de universiteit de handen ineensloeg met *De Morgen* en het Universitair Ziekenhuis Antwerpen. Samen leggen ze bloot hoe luid onze regio en steden zijn. Het werd een enorme onderneming.

Nu zit hij met zo’n vervelende ‘piep’. “Er is een verband tussen stress en tinnitus”, zegt Laure Jacquemin lachend. Zij is professor audiologie (Universitair Ziekenhuis Antwerpen) en een van de andere onderzoekers van De Oorzaak. “Het kan helpen om nu juist extra geluid in je leven te brengen, zeker niet om het te gaan vermijden”, adviseert ze Vuye.

Daarmee zitten we meteen in het hart van de complexe kwestie die ‘geluid’ is. Decibels zijn slechts één aspect. Hoeveel geluidshinder je ervaart, hangt ook af van hoe je je voelt en hoe je naar je omgeving kijkt. En maximale stilte nastreven, blijkt niet de beste manier om geluidshinder aan te pakken. “Ik raad mijn patiënten vaak juist aan om meer geluiden in hun leven te introduceren”, zegt Jacquemin. “Dat maskeert ergerlijke geluiden.”

Welke resultaten vinden jullie het meest opmerkelijk?

Vuye: “Wat mij echt verbaast, is dat het in de stad altijd even luid is. De weekends en vakantieperiodes zijn nauwelijks stiller.”

Hoe schadelijk is dat?

Vuye: “Dat is niet exact te zeggen. Een te luide omgeving is ongezond omdat het je stresssysteem de hele tijd activeert. Dat is in verband gebracht met ziekten zoals hartaandoeningen. Maar een direct oorzaaklijk verband leggen tussen bijvoorbeeld een lawaaiერg kruispunt en de hartklachten van een buurtbewoner is lastig.”

Waarom?

Vuye: “Het is niet zoals met luchtvervuiling, waarbij bepaalde niveaus het risico op ziektes doen toenemen. Bij omgevingsgeluid spelen een heleboel factoren mee en sommige daarvan zijn niet te meten. Alleen al de geluidsbron maakt een verschil. Pakweg 60 decibel door natuurgeluiden zal je ontspannen, 60 decibel aan verkeersgeluiden stresseert. Je hart zal daar anders op reageren.”

Welke factoren spelen nog?

Jacquemin: “Hoe gevoeliger je bent voor geluid, hoe meer hinder je ervaart. En hoe meer hinder je ervaart, hoe meer omgevingsgeluid je stresseert. Omgekeerd heeft wie om andere redenen gestressed is vaak meer last van geluidshinder. Dat kan deels verklaren waarom sommige mensen die in een stille straat wonen toch veel geluidshinder rapporteren, terwijl anderen die op luide plekken wonen weinig hinder melden.

“Dat verschil tussen objectief gemeten decibels en de ervaring van mensen, valt

mij op in de resultaten. Al verrast het me niet, want ik zie bij individuele patiënten vaak hoe ze horendol worden van geluid, ook al hebben ze bijvoorbeeld hun slaapkamer volledig akoestisch stil gemaakt.”

Vuye: “Stressniveau en overgevoelighed zijn dan nog factoren die wij kunnen bevragen en meten. Maar in welke mate omgevingsgeluid je stoort en opjaagt, hangt ook af van meer ongrijpbare zaken, zoals je verwachtingen over de omgeving en je relatie tot de bron van het geluid. In een drukke cafewijk verwacht je lawaai en dat zal je daar minder ergeren dan in de boshut die je hebt gehoord. Je eigen blaffende hond voelt minder aan als hinderlijk lawaai dan die van de bureu.”

Ondervinden mensen die minder hinder ervaren ook minder fysieke impact?

Jacquemin: “Onze resultaten tonen aan dat mensen die in een luidere omgeving wonen, meer stress ervaren en minder goed slapen. Dat is sowieso ongezond. Ook wie geen last heeft van dat lawaai, kan zo toch overprikkeld raken.

“Maar het is momenteel onmogelijk om een decibelniveau voor omgevingsgeluid te bepalen dat voor iedereen ongezond is, onder meer omdat iedereen dat anders ervaart. Er is ook meer onderzoek nodig. Op basis van de bestaande kennis hanteren wij in het onderzoek een richtwaarde voor omgevingsgeluid van 60 decibel overdag. Anders is het bij de zeer luide niveaus, zoals bij drillboren of rockconcerten. Daarvan weten we vanaf wanneer langere blootstelling schadelijk is. Maar dat zijn niet de niveaus die we in de steden meten.”

Niettemin rapporteren acht op de tien deelnemers geluidshinder. Is Vlaanderen luider dan ooit?

Vuye: “Dat is een hoog cijfer, maar dat komt deels omdat onze bevraging mensen heeft aangetrokken die al last hadden van geluid. Uit de bevraging van de Vlaamse overheid blijkt dat zo’n 36 procent geluidshinder ervaart. De waarheid zal ergens in het midden liggen. Of Vlaanderen recent objectief luider is geworden, weet ik niet.”

Jacquemin: “Ik denk niet dat onze omgeving per se luider is geworden, maar

audiologen zien sinds corona wel meer patiënten die gevoelig zijn voor geluid. Bij één op de drie deelnemers aan De Oorzaak is dat het geval. Zelfs als je rekening houdt met het feit dat wie hinder ervaart eerder aan zo’n onderzoek zal meedoen, blijft dat hoog.

“Volgens mij is er een verband met de trend om geluidsonderdrukkende koptelefoons te dragen. Die is in de coronaperiode begonnen. Maar onze hersenen hebben geluid nodig. Als je ze de hele tijd afschermt voor omgevingsgeluid, kun je net gevoeliger worden.”

Die grote groep deelnemers die geluidshinder ervaren, leeft dus niet perse in ongezond luide omstandigheden?

Vuye: “Nee. Soms leven ze zelfs op stille plekken. Dat is een boodschap die ongenoegen kan opwekken. Van sommige deelnemers krijgen we boze mails wanneer ze de meetresultaten zien die tonen dat het bij hen eigenlijk stil is, ook al voelen zij hun omgeving aan als te luid.

“Helaas is het met decibels niet zoals met temperatuur. Iedereen weet dat 30 graden warm aanvoelt, maar hoe luid of hinderlijk jij een bepaald decibelniveau zal ervaren, is veel moeilijker te zeggen. Dat leidt soms tot schrijnende situaties van mensen die een nieuw huis bouwen en pas nadien ontdekken dat ze gek worden van het omgevingsgeluid dat anderen in de buurt niet eens opmerken.”

Jacquemin: “Ik behoor tot die laatste categorie.” (*lacht*)

Hoezo?

Jacquemin: “Wij wonen naast de E19. Ik zocht een huis met een garage en een tuin en in het stadscentrum is dat niet te betalen. Toen we ons huis op een kaart zagen, dacht ik: ‘Dat zal niet te doen zijn met dat verkeer.’ Maar ik heb er helemaal geen last van. Ik ben blij met ons huis en onze tuin. Die positieve connotatie verklaart wellicht deels waarom de E19 voor mij slechts ruis op de achtergrond is.”

Vuye: “Het doet me denken aan onderzoek in de buurt van Schiphol. Mensen die op de luchthaven werken en in de

buurt wonen, rapporteren aanzienlijk minder hinder dan andere omwonenden. Zij hebben een positieve band met de luchthaven en het is in hun eigen belang dat die blijft bestaan.”

Er is een duidelijk link tussen geluidshinder en stress. Mogen we De Oorzaak dan ook beschouwen als een barometer die meet hoe gestressed onze samenleving is?

(*beiden knikken*) Vuye: “Ja. Zo’n 60 procent rapporteert stress in onze bevraging. Dat is veel. Uiteraard zijn er heel wat oorzaken. Maar als het gaat over geluidshinder, ben ik ervan overtuigd dat niet alleen stress in het algemeen meespeelt, maar ook een gebrek aan verdraagzaamheid. Ik merk een toegenomen ergernis over de aanwezigheid van anderen.

“Vroeger kenden mensen hun bureu, nu zit iedereen in zijn coconnetje. En als je elkaar minder kent, wil je elkaar ook minder horen en verwacht je perfect geluidsdichte woningen. Maar dat is moeilijk te realiseren. Dan krijg je meer geluidshinder en meer stress door geluid.”

Wat is daar aan te doen?

Vuye: “Bepaalde akoestische ingrepen in je huis kunnen helpen, maar dat kost natuurlijk geld. Overheden zouden meer moeten inzetten op verwachtingsmanagement. Je moet omwonenden duidelijk maken wat je met bepaalde ingrepen kunt verbeteren en onrealistische verwachtingen doorprikken.

“Het Agentschap Wegen en Verkeer investeert bijvoorbeeld geregeld een paar miljoen euro in geluidsschermen, maar uit bevragingen blijkt dan dat de geluidshinder bij omwonenden niet of beperkt is afgenomen. Objectief gezien is het nochtans 10 decibel stiller. Dat is enorm. Maar je kunt het langs een snelweg nooit volledig stil maken.

“Mocht je vooraf een realistisch beeld meegeven, eventueel met simulatietools, en meegeven dat je niet kan verwachten dat je voortaan in stilte in de tuin zal kunnen zitten, zullen mensen nadien wellicht minder hinder blijven melden.

‘Ik raad mijn patiënten vaak juist aan om meer geluiden in hun leven te introduceren. Dat maskeert ergerlijke geluiden’

LAURE JACQUEMIN
PROFESSOR AUDIOLOGIE