



Het is overal maar we staan er nauwelijks bij stil: geluid. Of het nu irritant of heerlijk ontspannend is, decibels hebben een veel grotere impact op lijf en leven dan de meeste mensen vermoeden. Daarom start *De Morgen* samen met wetenschappers van UAntwerpen en UZA een groot geluidsonderzoek. Iedereen die in Vlaanderen woont, kan deelnemen.



Meedoen kan nog,
scan de QR-code

MISOFOFONIE is hels en

Slikken, slurpen, ademen, niezen. Dat soort geluiden maakt mensen met misofonie furieus en agressief. 'Het is niet lachwekkend en veel meer dan irritatie. Deze patiënten lijden', zegt psychiater Damiaan Denys (Amsterdams Medisch Centrum), die de aandoening tien jaar geleden ontdekte.

BARBARA DEBUSSCHERE

Gesmak aan de ontbijttafel, een chips vretende bioscoopganger, een collega die al te nadrukkelijk kauwgom kauwt. Het kan op de zenuwen werken. Maar voor mensen met 'misofonie' - letterlijk 'haat voor geluid' - is het zo'n kwelling dat ze erg veel moeite moeten doen om dan niet agressief te worden. Ze ervaren diepe walging en intense boosheid. "Aan welke geluiden iemand zich stoort, verschilt per persoon", zegt Denys. "Maar wat deze mensen gemeen hebben, is dat ze gek worden van een geluid en het niet kunnen wegfilteren. Het overheerst hun leven."

Hoe hebt u misofonie ontdekt?

"Toen ik in 2004 mijn promotieonderzoek over dwangstoornissen deed in Utrecht, sprak ik veel mensen met dwangklachten. Op een dag kondigde de receptioniste een vrouw aan met de boodschap: 'Oppassen, zij kan agressief zijn.' Die dame vertelde me dat als ze iemand hoorde niezen, ze zo kwaad werd dat ze die persoon wilde vermoorden. Ze had onlangs een televisie door de kamer gegooid omdat haar man niesde. Terwijl ze verder een rustig persoon was en geen last had van een dwangstoornis.

"Het was hooikoortseizoen en ik heb hooikoorts, dus ik was zelf bang om te niezen (*lacht*). Vandaar dat dat verhaal me enorm bijbleef. En ook omdat ik haar niet kon helpen, terwijl ik de expert ben en zij leed. Een paar jaar later ontmoette ik een patiënt met een erg gelijkaardig verhaal. Zij zei: 'Wanneer ik mijn vriend hoor ademen in bed wil ik hem wurgen. Daarom slapen wij apart.' Ook zij leidde een volkomen normaal leven, hield van haar man en had geen last van andere psychische klachten. En ook hier was er geen enkel aanknopingspunt met een of ander ziektebeeld."

'Wat deze mensen gemeen hebben, is dat ze gek worden van een geluid en het niet kunnen wegfilteren. Het overheerst hun leven'

U begon een patroon te vermoeden?

"Precies. Maar ik vond niets in de wetenschappelijke literatuur. Dus lanceerde ik via onze database van het Amsterdam UMC een oproep aan oud-patiënten. Veertig mensen reageerden. Ze hadden zoveel last van geluiden dat ze niet meer met hun gezin samen aten, altijd een koptelefoon droegen of een 'misofoniescheiding' achter de rug hadden. We zijn stelselmatig nagegaan of we hun klachten in verband konden brengen met andere stoornissen. Want we gaan niet voor niets een nieuwe stoornis introduceren. Er zijn er al genoeg. Maar het paste nergens bij. Niet bij een dwang- of impulscontrolestoornis, niet bij een fobie. Daarom hebben we in onze wetenschappelijke publicatie in 2013 (*in vakblad PLOS, BD*) een nieuwe stoornis voorgesteld. Ik wilde die 'sonofurie' noemen, woede omwille van geluid. Maar omdat 'misofonie' online al circuleerde onder patiënten, heb ik die term genomen."

Bleven deze mensen voordien onder de radar?

"Daar lijkt het op. Ik vond enkel in de literatuur een paar beschrijvingen, onder andere in *De avonden* van Gerard Reve. Verder was er een Amerikaanse neus-keeloorarts die de term 'misofonie' hanteerde maar het als een auditieve aandoening beschouwde. Maar het is een psychiatrische ziekte. Misschien komt het nu ook meer voor omdat mensen nu individualistischer en onverdraagzamer zijn. Of speelt mee dat we tegenwoordig de hele tijd en overal aan het eten en drinken zijn."

Wat is het verschil tussen misofonie en overgevoelig zijn voor geluid?

"Misofonie is veel specifiek. Er zijn drie criteria die alle drie aanwezig moeten zijn om de diagnose te krijgen. Ten eerste is het een absolute obsessie met een geluid, ook wanneer het er niet is. Je bent bezig met wanneer je riskeert dat geluid tegen te komen. Ten tweede is er sprake van oncontroleerbare en intense woede van zodra je dat geluid hoort. Je wil de ander dan echt iets aandoen. Vermoorden, slaan, doodsteken. Het is dus zeker niet zomaar irritatie. Ten derde vermijden deze patiënten situaties waarin het geluid kan voorkomen. En dat leidt tot sociale isolatie, depressie, angst en andere psychische klachten."

Nochtans wordt er lacherig over gedaan.

"Het is absoluut niet om te lachen. Wij hebben patiënten die niet meer bij hun



Misofonie is volgens psychiater Damiaan Denys een ernstige aandoening: 'Het leidt tot sociale isolatie, depressie, angst en andere psychische klachten.' © HILDE HARSHAGEN

partner slapen, kinderen die niet meer met hun ouders eten, mensen die ontslagen worden of ontslag nemen. Het erge is dat misofonie bijna altijd een directe impact heeft op de relaties met geliefden en familie. Als je niet tegen ademen kunt, kun je niet bij mensen zijn. Ik heb een 70-jarige vrouw gesproken die door misofonie geen studies heeft kunnen doen, geen relatie heeft kunnen hebben. Anderen ontwikkelden als kind misofonie, maar kregen de diagnose autisme en wer-

den soms jarenlang in psychiatrische ziekenhuizen opgenomen."

Begaan sommigen uit razernij effectief ongelukken?

"Er wordt al eens met dingen gegooid, maar van erger heb ik nog niet gehoord. Het blijkt typisch dat deze mensen zich ondanks de enorme woede toch weten te controleren."

Is er een specifiek profiel?