



DE OORZAAK

Geluidsoverlast en slaapkwaliteit in een stedelijke omgeving: een grootschalig burgeronderzoek

Slaapcentrum UZA – Prof. Dr. Johan Verbraecken



WAT?

Geluid heeft een aanzienlijke impact op onze slaapkwaliteit. Een rustige en stille omgeving is essentieel voor een goede nachtrust, aangezien geluiden interferentie kunnen veroorzaken die de slaap verstoren. Allerhande soorten geluiden kunnen de slaap verstoren. **Het is echter niet eenvoudig die verstoring van de slaapkwaliteit rechtstreeks aan geluid toe te wijzen.** Hier willen we met 'De Oorzaak' verandering in brengen door na te gaan hoe omgevingsgeluiden ervaren worden en welke impact ze hebben op de gezondheid, levenskwaliteit en slaapkwaliteit. Aan de hand van een slaaponderzoek thuis kan de impact van geluidshinder op de slaap worden geobjectiveerd.

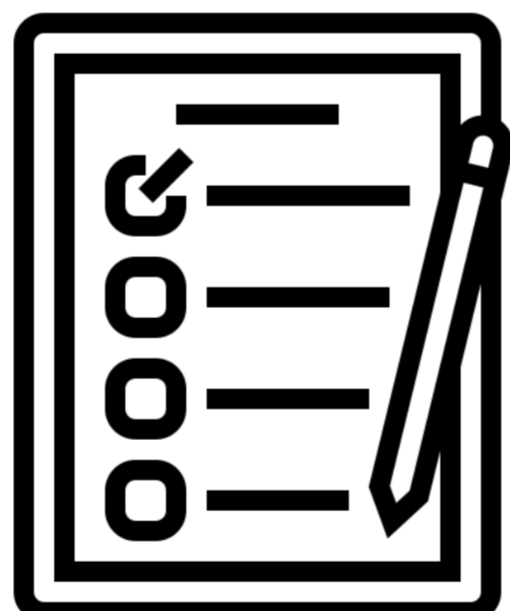
HOE?

Van geluidsgevoelige gebieden tot oases van stilte: met het grootschalig burgeronderzoeksproject De Oorzaak leggen De Morgen, het Universitair Ziekenhuis Antwerpen en UAntwerpen de focus op geluid, geluidsbeleving en de impact van geluid op gezondheid en levenskwaliteit in een stedelijke omgeving. In verschillende wijken van Antwerpen, Gent en Leuven plaatsen 2400 burgers gedurende 2 maanden een geluidssensor aan de buitengevel van hun slaapkamer. Daarnaast beantwoorden ze gedetailleerde vragen over hun slaapkwaliteit. Bij 100 van deze deelnemers zal een intensiever slaaponderzoek gebeuren aan de hand van een nachtelijke polysomnografie.

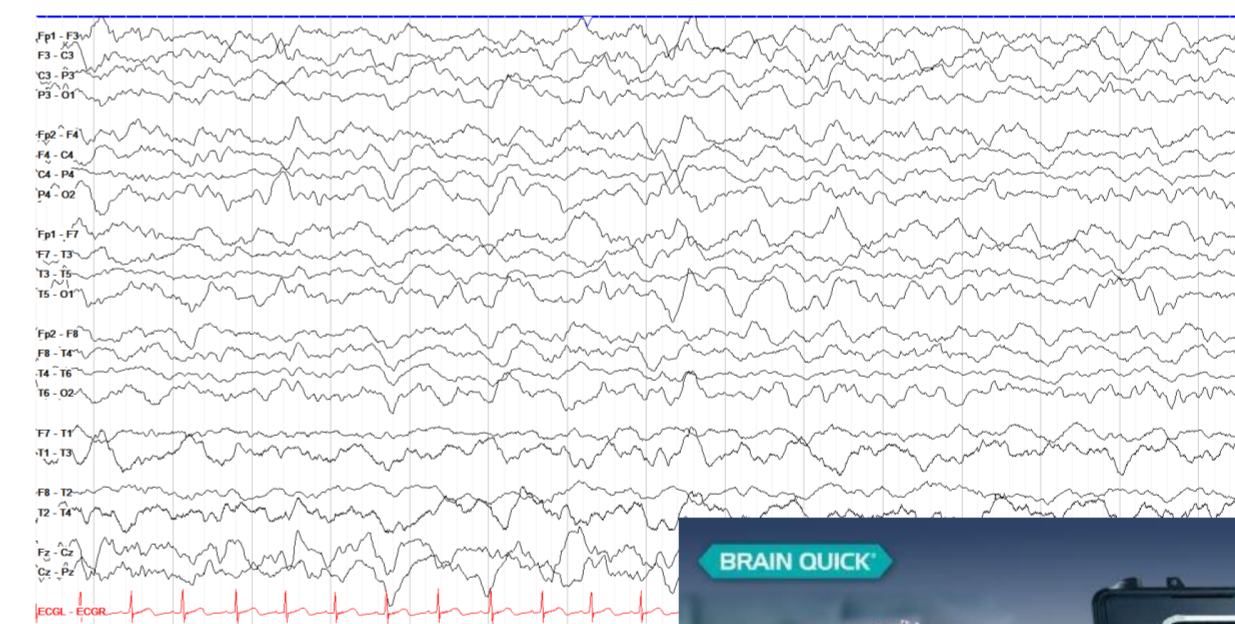
Objectief
geluidssensor



Subjectief
vragenlijsten



Slaapkwaliteit
polysomnografie



TO DO?

Dit onderzoek zal resulteren in 2 datasets met objectieve bevindingen: informatie over omgevingsgeluiden komende van de geluidssensoren en informatie betreffende de slaapkwaliteit komende van de polysomnografische registratie. Om te concluderen hoe omgevingsgeluid de slaapkwaliteit beïnvloedt dienen deze resultaten met elkaar vergeleken te worden om zo eenduidige conclusies te kunnen trekken. Daarnaast kan deze informatie vergeleken worden met de subjectieve bevindingen die de deelnemers rapporteren in de vragenlijst.

WIE?

Bij voorkeur een groepje van 3 studenten.