



Academische Werkplaats  
Jeugdgezondheidszorg  
Noord-Holland

Denk aan je oortjes / “Mind your plugs”

MYP’S

Verkenning van een voorlichtingsinterventie  
in PGO 10 over gehoorschade



Deelnemende partners:

GGD Amsterdam, cluster Jeugdgezondheidszorg

VUmc / EMGO+, afdeling Sociale Geneeskunde, lijn Jeugd en Gezondheid

Nuria Zijlstra -Remon

In samenwerking met Margreet Wensel, Nanja Emke, en Mariëtte Hoogsteder

Oktober 2014



GGD Amsterdam



## Samenvatting

In het afgelopen decennium is het gebruik van persoonlijke draagbare digitale muziekspelers, zoals mp3 spelers, iPods en koptelefoons heel populair geworden. Het gebruik van koptelefoontjes is sociaal geaccepteerd, ook bij kinderen in de basisschoolleeftijd. Zelfs peuters luisteren steeds vaker naar muziek of filmpjes via oortjes. Onze oren kennen geen waarschuwingssysteem; de grens waarop oren pijn ervaren door hard geluid is hoger dan de grens waarop ze al schade kunnen ondervinden. Er zijn aanwijzingen voor ernstig toegenomen gehoorschade bij jongeren en jongvolwassenen. Bij deze leeftijd lijken preventieve maatregelen nauwelijks aan te slaan. Preventieve maatregelen ter voorkoming van gehoorschade in de basisschoolleeftijd – of eerder - zijn zeldzaam. Er is weinig of geen bewustwording bij kinderen en hun ouders over de gevolgen van het gebruik van koptelefoons / oortjes voor het gehoor.

Doel van dit project is te onderzoeken of een voorlichtingsprogramma op basisschoolleeftijd beschikbaar is en of in het basistakenpakket ruimte is om deze interventie te implementeren. Om inzicht te krijgen in de factoren die een rol spelen in luistergedrag op jonge leeftijd en om determinanten te analyseren van luistergedrag en preventie van gehoorschade is literatuuronderzoek gedaan en zijn interviews gehouden met schoolverpleegkundigen. De interventie moet gebruikt kunnen worden om de kennis en bewustwording van kinderen te vergroten.

Er blijken nauwelijks gegevens te zijn over gehoorschade bij kinderen. Wel zijn er aanwijzingen dat jongeren gehoorschade oplopen door naar te harde muziek te luisteren. Gehoorschade zou zijn toegenomen onder jongeren en vormt een gezondheidsrisico. Europese wetgeving verplicht alle muziekapparatuur die op de markt gebracht wordt, tot uitrusting met een volumebegrenzer, met maximuminstelling van 85 dB SPL. Sinds 2013 bestaan in Nederland volumebegrenzers bij mp3-spelers, iPhones en andere draagbare muziekapparatuur. Door minimale controles en onvolkomenheden van de apparatuur, kan het geluidsniveau toch hoger zijn. Dit heeft op korte én langere termijn negatieve effecten op fysiologische processen, aandacht en leerprestaties.

Het aannemen van gezond gedrag op jonge leeftijd tijdens het vormen van het karakter is effectiever dan het proberen een ongezond aangenomen gedrag op volwassen leeftijd te veranderen. Het gebruik van primaire interventies op basisschoolleeftijd zou de negatieve gevolgen van gezondheidsrisico's op latere leeftijd kunnen beperken.

Voorlichtingsprogramma's gericht op preventie van gehoorschade blijken kennis en bewustwording bij kinderen en jongeren te vergroten. Zowel de inzet van schoolverpleegkundigen als activiteiten van basisscholen zijn hierbij belangrijk.

Er bestaan inmiddels effectieve voorlichtingsprogramma's over preventie van gehoorschade bij kinderen en adolescenten, ontwikkeld door de Nationale Hoorstichting of PreVent (KNO-artsen). Ze bestaan uit schriftelijk materiaal voor kinderen en instructies voor leerkrachten, uit video's, spelletjes, en decibel-Apps. Een voorbeeld is het lespakket HoorToren voor leerlingen van groep 6-7-8 over werking van het gehoor, de risico's van harde muziek en gehoorbescherming. Er is ook voorlichtingsmateriaal voor ouders gericht op de ingestelde volumebegrenzers, gehoorbeschermers en een online gehoortest (Oorcheck.nl en mp3-check.nl).

Uit de interviews met leerkrachten en schoolverpleegkundigen blijkt dat basisscholen nauwelijks preventieve programma's aanschaffen, tenzij ze gesubsidieerd zijn. Draagbare muziekapparatuur (telefoons, smartphones en iPods) in de klas of op school zijn verboden, behalve voor lesdoeleinden.

Visus en gehoor zijn tijdens het periodiek gezondheidsonderzoek PGO10 onderbelicht, audiometrie gebeurt alleen op verzoek van ouders en/of derden. JGZ-verpleegkundigen geven geen klassikale voorlichting en voeren geen extra naschoolse activiteiten uit ten behoeve van gehoorpreventie. Ook zijn ze niet betrokken bij bijeenkomsten voor ouders. Kennis en kunde van JGZ-verpleegkundigen over gehoorpreventie wordt dus nauwelijks benut, noch in het periodiek gezondheidsonderzoek bij 10, noch op individuele contactmomenten of via collectieve preventie.

Aanbevolen wordt om kinderen voorafgaand aan PGO10 online hun oren te laten checken (via oorcheck.nl) en tijdens PGO10 audiometrie uit te voeren. JGZ-verpleegkundigen kunnen daarnaast scholen adviseren over de aanschaf van voorlichtingsmateriaal of programma's voor de preventie van gehoorschade.

Het is zinvol te starten met het verzamelen van longitudinale gegevens door middel van audiometrie, dat kan via een standaard screening door de JGZ.

Systematische gegevensverzameling en voorlichting zijn nodig om meer bewustwording te creëren over de risico's op gehoorschade. Er is nu nog te weinig aandacht voor dit probleem.