



Negen maanden wachttijd

Miep Smitsloo
miepsmitsloo@planet.nl

Jan de Laat is een gedreven mens. Hij wil graag meewerken aan een interview, maar zijn werkdagen zijn overvol: of het na vijven mag? We schuiven aan in zijn werkkamer in het LUMC. Als ik na bijna twee uur afscheid van hem neem – hij is breedspakig en er is zoveel te melden – gaat hij nog niet naar huis. Er wacht een stapel patiënten-dossiers in zijn werkkamer. De Leidse audioloog is gespecialiseerd in gehoorproblematiek. Daar zijn er niet veel van. In heel Nederland heeft hij slechts zo'n honderd collega's. De gemiddelde patiënt moet tegenwoordig dan ook negen maanden geduld hebben voordat hij op het spreekuur van De Laat terecht kan. Zo geliefd en bekend is het Audiologisch Centrum, onderdeel van de KNO-afdeling in het LUMC. Als deskundige wordt hij veelvuldig gevraagd in tv-programma *De Rijdende Rechter* en bij de Raad van State, nu steeds meer actiegroepen daar bezwaar maken tegen giga-windmolens die 'overal' worden geplaatst, zonder dat er studies naar de effecten zijn verricht. De Laat maakt zich er zorgen over. Hij is ervan overtuigd dat dergelijke 'grote jongens' kilometers ver extra ongewenst (infra)geluid produceren. Dat terwijl onze oren nu al amper meer rust krijgen. Miljoenen Nederlanders lopen met een constante piep of ruis in hun oren rond. We worden met steeds meer geluid (overlast) geconfronteerd. Met name jongeren lopen onafgebroken met oordopjes rond waarop muziek (te) hard staat. Het aantal patiënten van De Laat is in tien jaar tijd verdrievoudigd. Aan zijn pensioen moet de nu 64-jarige Rijnsburger ook nog niet denken. Hij wil nog niet wijken. Er is teveel werk en de ontwikkelingen op zijn vakgebied gaan snel en zijn opzienbarend. Hij wil op de eerste rij blijven zitten.



Als muzikant en gehoordeskundige is geluid zowel een passie als een vijand. Jan de Laat, klinisch-fysicus audioloog bij het LUMC, is een autoriteit op zijn vakgebied. De Rijnsburger strijdt al dertig jaar tegen de risico's van te hard geluid. De nieuwste dreiging: mega-grote windmolens die overal in het land verrijzen, zullen (infra)geluid tot kilometers ver weg dragen. Het goede nieuws: het 'truttige' gehoorapparaat wordt binnenkort een hype.

'Mensen met oorsuizingen kunnen daar wanhopig van worden'

Lange werkdagen?

„Ik kom oorspronkelijk uit Brabant en daar redeneren ze zo van: een dag heeft 25 uur, een week acht dagen, er zitten dertien maanden in een jaar. Tijd is een rekbaar begrip voor me. Ik kom er weleens door in de problemen hoor. Ik speel mijn hele leven al hobo en zit in een orkest. Laatst hadden we een uitvoering. Eigenlijk had ik daar de hele dag voor moeten repeteren thuis. Die tijd had ik niet. Die dirigent vroeg vooraf nog: heeft iedereen geoeft? Ik knikte braaf 'ja'. Nou had ik aan het begin van dat stuk al een grote solo. Ik viel tijdens de generale repetitie meteen genadeloos door de mand bij de dirigent. Ik beloofde hem: je kunt op me rekenen, vanavond, bij de uitvoering, komt het goed. Dat kwam het. Niet door het repeteren – had ik echt geen tijd voor – maar omdat ik in zo'n geval in mijn hoofd prent dat ik het kan. Ook zoiets zit tussen je oren. Dan gaat het ook goed.”

Audioloog, want..

„Als kind werd ik al ondergedompeld in muziek en zang. Mijn vader speelde fluit en zong in een kerkkor en mijn moeder was leidster van het bijbehorende jongenskoor. Zelf speelde ik blokfluit en vanaf mijn twaalfde hobo. Door die muziek raakte ik vanzelf geïnteresseerd in geluid en de werking van het oor. Voordat ik zou gaan studeren, moest ik verplicht in dienst, dat was in die tijd nog. Ik wilde die tijd nuttig besteden en kon onderzoek doen op de audiologie-afdeling van TNO in Soesterberg. Ik heb heel bewust gezocht naar dit vak met als combinatie muziek op de achtergrond. Zo ben ik een jaar of 35 geleden het vak ingerold. Ik heb vroeger wel lang getwijfeld of het, gezien mijn liefde voor muziek, niet het Conservatorium moest worden, maar als je geen Candy Dulfer bent of een andere bekende naam, dan is het als muzikant moeizaam rondkomen.”

Veel raakvlakken

„Opmerkelijk is dat muzikanten grote raakvlakken hebben met



Audioloog Jan de Laat bij het LUMC: „Het is nergens stil. Geluid is overal.”

mijn vakgebied. Uit onderzoek is gebleken dat tien procent van de beroepsmuzikanten bij het Concertgebouworkest, Nederlands Philharmonisch en Residentie Orkest, last heeft van oorsuizingen. Ruim dertig procent is abnormaal overgevoelig geworden voor harde muziek, in vaktaal: *hyperacusis*. Tsja, kies na zoveel jaar nog maar eens een ander vak... Dergelijke schade is onomkeerbaar. Als muzikant moet ik zelf ook oppassen. Ik heb nog nergens last van, maar ik zie hoeveel muzikanten onder die gehoorschade lijden. Je moet alert zijn. Laatst zijn muzikanten nog massaal uit de orkestbak van het Muziektheater weggevoerd omdat ze het geluidsvolume te hard vonden staan.”

Horen via mobiel

„De ontwikkelingen op ons vakgebied gaan razendsnel. De techniek van het klassieke hoortoestel zat binnen enkele jaren bijna compleet in een mobieltje gestopt kunnen worden. Dat heeft twee grote voordelen. Je zit dan met een apparaatje in je oor dat veel kleiner is, want alle software zit in het mobieltje, dus is amper zichtbaar. Mensen vinden dat vaak belangrijk. Maar bedienen via je iPhone heeft ook als groot voordeel dat je het geluid kunt filteren en afstellen. Praat je één op één met iemand, dan kun je ongewenste geluiden wegfilteren. Andersom, in een menigte waar veel herrie is, selecteer je uit welk geluid je wilt horen, alleen dat van de spreker bijvoorbeeld. Jongeren lopen al veelvuldig met oortjes op. Mijn conclusie: niet alleen doven of slechthorenden,

veel meer mensen gaan dat nieuwe hoortoestel straks gebruiken. Het slechthorenden-stigma gaat eraf. Let maar op, het wordt een hype.”

Overgevoeligheid

„Geluid is iets heel subjectiefs. Tegenwoordig heb ik verschillende dossiers van patiënten die overgevoelig zijn voor met name laagfrequent geluid (geluid met de laagst mogelijke tonen, red.). Dan gaan ze op de Veluwe wonen omdat ze denken dat het daar stil is. *Mis. Het is niet stil. Geluid is overal.*

Of ze kunnen niet slapen omdat ze geluid horen, dat al dan niet van de buren komt. Voor dat soort zaken ben ik verschillende keren als deskundige bij De Rijdende Rechter geweest (tv-programma waarin ruzies, meestal tussen buren, worden opgelost, red.).

Voorbeelden

„Onze afdeling werd benaderd door iemand die in een hofje bij het Steenschuur in Leiden woonde. Die vrouw kon niet slapen van de lage tonen die ze meende te horen. Wat bleek: dat geluid was er wel degelijk, het kwam uit de kelders van het nabijgelegen Kamerlingh Onnes, dat toen nog als laboratorium werd gebruikt. *Via de bodem kwam dat geluid in het hofje terecht.* Die mevrouw was heel blij dat ze wist waardoor het geluid werd veroorzaakt. Ander voorbeeld. De Oostvaardersplassen op een zondagochtend zes uur: daar zou het stil moeten zijn. Dat is het niet. *Via het water van het IJsselmeer worden de lage tonen van het geluid dat Schiphol en Amsterdam produceren, over het water naar de Oostvaardersplassen geleid.*

'Giga-windmolens zullen infrageluid vele kilometers ver gaan dragen'

Uiteindelijk blijf je overal en altijd een klein beetje geluid horen. Dat is niet erg.”

Tussen de oren

„Mijn conclusie: je hebt mensen die een abnormale overgevoeligheid hebben voor vooral laagfrequent geluid. Voor die mensen is een trainingsprogramma ontwikkeld, compleet met begeleiding van maatschappelijk werk en psycholoog. Die mensen zullen altijd last van dat geluid blijven houden, maar kunnen getraind worden om dat te negeren, om ermee te leven. *Soms zit het echt tussen de oren. We hebben testen gedaan met een grote groep patiënten die we in een stilte ruimte bij elkaar zetten. Een ruimte waar je gegarandeerd totaal niets kunt horen. Van de 25 bleek de helft het daar ook niet stil te vinden. Dat kan niet. Dan zit 'het' in hun hoofd.* Met een trainingsprogramma proberen we die mensen te helpen.”

Tinnitus?

„Tinnitus is een constante piep, ruis of brom in je oor. Mijn sprekeren zitten tegenwoordig bomvol mensen met tinnitusklasten. Het is in ons land een standaardprobleem geworden.

Als je dat hebt, kun je er wanhopig van worden. Laatst had ik nog een patiënt die zei: *dokter, haal mijn oren er maar af.* Maar dat zou geen enkele zin hebben, je krijgt het fantoomeffect, je blijft die piep of ruis horen, ook zonder oren. Ook had ik laatst een man op het spreekuur die zei: als u mij vandaag iets geeft waardoor ik er morgen niet meer ben, dan teken ik ervoor. In zo'n geval gaan de alarmbellen bij me rinkelen. Dan moet je oppassen dat zo iemand niet suïcidaal is of wordt. Die man is ook opgenomen in een GGZ-instelling en daar in anderhalve week tijd tot rust gebracht en daarna bij ons een training gevolgd waarmee hij de oorsuizingen kon 'wegprogrammeren'.”

Twee miljoen met 'piep'

„Twee miljoen Nederlanders hebben last van een piep in hun oor. Tien procent van de jongeren van 16, 17 jaar heeft die piep al. Dat aantal groeit omdat de hoeveelheid geluid in onze samenleving maar blijft toenemen. Vooral jongeren staan aan veel herrie bloot, bij muziekfestivals, in disco's, maar ook via de oortjes bij mobieltjes, overal wordt muziek keihard aangezet. Waarom het zo hard moet? Een hoogleraar heeft dat onderzocht. Het blijkt kuddegedrag te zijn, ze willen de muziek 'ondergaan'. Zestienjarigen zitten gemiddeld 180 uur per jaar in een disco. Er zijn campagnes gaande, het bewustzijn groeit, maar zoiets kost tijd. Ik roep al jaren van de daken wat er kan gebeuren als je oren te vaak blootstelt aan te harde geluiden. Dat zal ik blijven doen. Vorige

week heb ik er op een school nog een les over gegeven om jongeren voor te houden hoe móóit het is dat onze oren in staat zijn om zelfs ragfijne geluiden te horen. En, zeg ik dan: *zorg dat je het tot je 105 zo houdt.*”

Hoorstichting

„De Hoorstichting is in 1995 vanuit het LUMC opgericht, ik heb er ook aan meegewerkt. Belangrijkste taak van deze stichting is te voorkomen dat jongeren gehoorschade oplopen. Er zijn lespakketten gemaakt voor basisscholen en we hebben een online gehoorstest voor kinderen samengesteld. Met de muzieksector zijn afspraken gemaakt over het maximale geluidsniveau bij festivals, concerten en in disco's. Dat mag maximaal 103 decibel zijn. Niet dat ze zich daar aan houden. Laatst was ik met mijn zoon op een festival en ging ik meten: ja hoor, 110 decibel.”

Gevaar windmolens

„De giga-windmolens die in ons land worden neergezet, zijn een nieuwe materie voor onderzoek. Het probleem is dat er nog nauwelijks onderzoek naar de effecten van die joekels is gedaan. Ik krijg er steeds meer vragen over van omwonenden en andere belanghebbenden. Volgende week sta ik bij de Raad van State als deskundige, de actiegroep van omwonenden heeft mee daar voor gevraagd, omdat ze molens van meer dan 200 meter hoogte willen neerzetten. *De vraag aan mij is: zou u kunnen beoordelen in hoeverre die molens laagfrequent geluid opleveren?* Mijn conclusie is: vlakbij een windmolen van een meter of 200, pro-

duceert die meer dan 110 decibel. *Het infrageluid draagt zo'n twee kilometer ver en op die afstand bedraagt het 35 decibel.* De Nederlandse wetgeving is nog niet op hele grote windmolens ingesteld. Daar staat in dat geluid 's nachts niet harder mag zijn dan 45 decibel. Mijn conclusie: *men kan beter genoeg nemen met molens met een ashoogte van maximaal 50 meter, maar dan nog is het bereik waarop lage tonen geen hinder meer opleveren, zo'n 500 meter.*”

35 jaar later

„Ik ben nu 64 en loop meer dan dertig jaar rond in het LUMC. Er is in al die jaren op mijn vakgebied veel gebeurd en veranderd. Ja, ik kan de ontwikkelingen wel bijhouden. Kwestie van doseren. Het gebeurt toch! Wees blij! Maar ik moet wel kiezen waar ik me mee bezig blijf houden. Wachttijden voor mijn sprekeren van negen maanden, dat is natuurlijk erg lang. Daarnaast wil ik regelmatig letterlijk over de grenzen heen: ik ga vaak naar symposia, praat met fabrikanten van hoortoestellen, met collega's wereldwijd, onderzoek doen. Dat zijn ook voorwaarde om in het LUMC te functioneren. Het lichaam wordt ouder, maar ik ben relatief laat vader geworden en heb nog drie pubers. Laatst heb ik nog een overlevingstocht gedaan met mijn zoon van zeventien. Dat gaat allemaal prima. Met drie opgroeiende kinderen kom je soms in de Efteling. Al die achterlijke achtbanen: ik stap er in zonder na te denken. Je moet nooit weerzin tegen iets hebben. Dan went uiteindelijk alles.”

Paspoort

Naam: Jan de Laat
Leeftijd: 64 jaar
Woonplaats: Rijnsburg
Opleiding: studie Technische Natuurkunde in Eindhoven, promotie in VU
Beroep: klinisch-fysicus-audioloog in het Audiologisch Centrum van het LUMC
Maatschappelijk: medeoprichter Hoorstichting (www.hoorstichting.nl), voorzitter stichting Alphons Diepenbrock Fonds (componist)
Burgerlijke staat: 'gelukkig getrouwd' met May-Lisa de Laat, dochter (19), twee zoons (18 en 13)