

PBM: gehoorbescherming

De wet

Veel werknemers in de bouwnijverheid staan regelmatig in lawaai te werken. Boven de 80 decibel is geluid schadelijk voor het gehoor. Om gehoorbeschadiging te voorkomen, zijn er in de Arbowet regels opgenomen over lawaai. De werkgever is verplicht er alles aan te doen om het lawaai te beperken. Als het geluid toch nog boven de 80 decibel (dB(A)) uitkomt, gelden de volgende regels:

- bij geluid harder dan 80 dB(A) **moet** de werkgever zijn werknemers gehoorbescherming geven;
- bij geluid harder dan 85 dB(A) **moet** de werknemer de gehoorbescherming dragen.

Welke soorten gehoorbescherming zijn er?

Er zijn verschillende soorten gehoorbescherming. Gehoorbescherming voor *in* het oor en gehoorbescherming voor *over* het oor:

- oordoppen en -proppen (in het oor);
 - oorkappen (over het oor);
 - otoplastieken (in het oor).
-

Soorten gehoorbescherming

Oordoppen en –proppen



- Wanneer:** Geschikt voor situaties waarin het geluid niet boven 90 dB(A) uitkomt.
- Demping:** Bij goed gebruik en als ze goed passen, is de demping 10 – 15 dB(A).
- Gebruik:** De gebruiker rolt de oorproppen eerst in elkaar en stopt ze vervolgens in het oor. Eenmaal in het oor zetten ze weer uit en sluiten ze de gehoorgang af.
- Let op:** Het is belangrijk dat oorproppen niet vuil zijn: breng ze met schone handen in en vervang ze regelmatig. Vieze oordoppen kunnen een oorinfectie veroorzaken. De meeste proppen zijn voor eenmalig gebruik.
- Voordeel:** Ze zijn in grote verpakkingen te koop, kunnen worden uitgereikt aan bezoekers, zijn hygiënisch omdat ze voor eenmalig gebruik zijn.
- Nadeel:** Bij lang dragen kunnen de proppen zich naar buiten werken, waardoor de demping afneemt. Verkeerd ingebracht, dempen ze nauwelijks.

Oorkappen



- Wanneer:** Geschikt voor situaties waarbij 80 dB(A) maar af en toe wordt overschreden. Ze zijn heel makkelijk op en af te zetten. Ideaal dus ook voor bezoekers.
- Demping:** Bij goed gebruik is demping tot 25 dB(A) mogelijk, per merk staat dit aangegeven.
- Gebruik:** De gebruiker zet de oorkappen, net als een koptelefoon, over de oren op.
- Let op:** Het is belangrijk dat de ringen helemaal heel zijn. Kapotte ringen geven lekkage en beschermen dan niet meer volledig tegen het geluid. Als de gebruiker een bril draagt, kan de ring door het brillenpootje ook niet goed aansluiten. Ditzelfde geldt als hij andere beschermingsmiddelen moet combineren met de kappen.
- Voordeel:** Met beschermhoes (transpiratie absorberende zelfklevende oorkapinleg) zijn ze zeer hygiënisch, ideaal voor bezoekers.
- Nadeel:** Ze kunnen bij langdurig gebruik warm zijn. Ze dempen ze slecht bij brildragende mensen en bij gebruik van andere persoonlijke beschermingsmiddelen.

Otoplastieken



- Wanneer:** Doordat ze prettig zijn om te dragen, zijn ze voor alle situaties geschikt. Otoplastieken kunnen van een filter worden voorzien, dan dempen ze bepaalde frequenties wel en andere niet. Hierdoor kun je elkaar gewoon blijven verstaan en alarmsignalen blijven horen, terwijl schadelijk geluid wordt tegengehouden.
- Demping:** Tot 25 dB(A) is mogelijk, per merk staat dit aangegeven.
- Gebruik:** Ze zijn op maat gemaakt en vullen de gehoorgang dus precies op. De gebruiker stopt de otoplastieken in het oor.
- Let op:** Ook bij otoplastieken is het belangrijk om ze goed schoon te houden. Omdat de gehoorgang verandert van vorm, is het belangrijk dat de gebruiker eens per jaar nagaat of de otoplastiek nog goed past. De leverancier kan hiervoor een lektest uitvoeren. Bij de meeste leveranciers is dit inbegrepen in het servicecontract.
- Voordeel:** Ze gaan 2 à 3 jaar mee, krijgen eens per jaar een servicebeurt en er zit garantie op. Ze zijn erg licht, ongevoelig voor beschadigingen en zitten lekker.
- Nadeel:** Ze zijn vrij kostbaar, ongeveer vijf keer zo duur als een oorkap.

Aandachtspunten bij aanschaf

Allereerst kijkt u hoeveel demping de gehoorbeschermers leveren. Is dit voldoende voor de situaties waarvoor ze bestemd zijn? Zie onderstaande tabel voor een overzicht van beschermers en hun demping:

Type	Geluidsniveau in dB(A)			
	80-90	90-95	95-100	100-105
Oordoppen en –proppen	+	o	-	-
Oorkappen	+	+	+	+ (x)
Otoplastieken	+	+	+	+

+ geschikt o minder geschikt - ongeschikt (x) alleen speciale gehoorkappen

U kunt het beste kiezen voor **oordoppen en oorproppen**:

- van geschuimd polymeer bekleed met soepel siliconenrubber;
- die vormvast zijn;
- die conisch gevormd zijn;
- met een handgreep om in- en uitdoen te vergemakkelijken.

U kunt het beste kiezen voor **oorkappen** met:

- een demping die past bij het verwachte geluidsniveau;
- een met vloeistof gevulde afdichting;
- een anatomisch gevormde beklede beugel;
- een in hoogte verstelbare beugel;
- een twee-puntsophanging van de kappen.

U kunt het beste kiezen voor **otoplastieken**:

- gemaakt van poly-acrylaat of siliconenrubber;
- met een handgreep om het in- en uitdoen te vergemakkelijken.