

## Geluid en gezondheid

### Inleiding

Geluid is voor mensen van enorm belang. Het kan heel prettig zijn als het bijvoorbeeld om geluiden uit de natuur of om muziek gaat. Geluid kan ook een waarschuwend functie hebben zoals bij een brandalarm, maar geluid kan ook hinderlijk zijn, als het langdurig, hard of ongewenst is. Belangrijke bronnen van geluidshinder in de woonomgeving zijn weg-, trein-, vliegverkeer en burelen.

GGD Hollands Midden heeft kennis over geluid en gezondheid. Bij het maken van beleidskeuzes kan GGD HM een onderbouwing geven over de gezondheidseffecten van geluid voor omwonenden. Ook kan GGD HM adviseren bij beleidsvorming door de gezondheidseffecten van geluid van verschillende alternatieven te vergelijken. In dit informatieblad vindt u in het kort informatie over geluidshinder, de effecten van geluid op de gezondheid en over wat GGD HM voor u als gemeente kan doen.

### Geluidshinder

Geluidshinder is voor mensen een belangrijk aspect in de beleving van hun woonomgeving. Geluidshinder uit zich in allerlei negatieve reacties zoals ergernis, ontevredenheid, hulpeloosheid, neerslachtigheid, ongerustheid, verwarring en het zich uitgeput voelen (Berglund et al, 1999). De mate van geluidshinder wordt niet alleen bepaald door de geluidbelasting, maar ook door niet-akoestische factoren. Deze factoren zijn bijvoorbeeld het onnodig achten van de geluidproductie, ergernis over het gedrag van bijvoorbeeld bromfietzers, angst, geluidgevoeligheid en de mening over het beleid van de verantwoordelijk geachte lokale overheid. De omstandigheden waarin men aan het geluid wordt blootgesteld bepalen ook voor een deel de mate van hinder. Een zelfde geluidbelasting zal een verkeersdeelnemer als veel minder hinderlijk ervaren dan een bewoner die aan de verkeersweg woont.

### Geluid en gezondheid

De impact op de gezondheid als gevolg van omgevingsgeluid is een groeiend probleem. Blootstelling aan (ongewenst) geluid kan uiteenlopende effecten op de gezondheid hebben. Enerzijds zijn er welzijnseffecten, zoals hinder en slaapverstoring, anderzijds zijn er klinische gezondheidseffecten, zoals hart- en vaatziekten en gehoorschade. Daarnaast heeft lawaai ook een negatieve invloed op de leerprestaties van kinderen.

Ook als voldaan wordt aan de wettelijke normen voor geluid kunnen gezondheidseffecten optreden. Het alleen hanteren van wettelijke normen is dus vanuit gezondheidskundig oogpunt niet voldoende. Omgevingsgeluid moet niet alleen gezien worden als een bron van hinder, maar ook als een zorg voor de publieke gezondheid.

### Stilte en gezondheid

Stilte wordt in Nederland steeds schaarser. Zelfs in de officiële stiltegebieden klinkt steeds vaker ongepast lawaai, vooral van vlieg- en wegverkeer. Uit onderzoek blijkt tegelijkertijd dat mensen meer behoefte krijgen aan plekken waar nog rust heerst. Stille, groene gebieden kunnen bovendien helpen om te herstellen van stress, zo suggereren de eerste onderzoeken naar effecten ervan op de gezondheid. Bij voorkeur zijn zulke gebieden dichtbij huis te vinden. Rustige plekken in de stad zijn daarom ook van belang. Op basis van een evaluatie van de geluidsbelasting in stiltegebieden zal, bij ongewijzigd beleid, in het jaar 2030 28% van het oppervlak



**Meer informatie en advies GGD Hollands Midden**

Team Milieu, Hygiëne en Gezondheid, tel: (088) 308 33 81 of email: [mhg@ggdhm.nl](mailto:mhg@ggdhm.nl)  
Augustus 2017, [www.ggdhm.nl](http://www.ggdhm.nl)

van stiltegebieden en 59% van gebieden voor natuur en recreatie aangetast zijn door lawaai van vooral weg- en vliegverkeer (Jabben et al., 2002).

### Gezondheid en planvorming

Bij planvorming is het van belang om de mogelijkheden voor een gezonde leefomgeving in kaart te brengen. Het advies is om de effecten op de gezondheid van een ontwerp of van verschillende scenario's in een vroeg stadium zichtbaar te maken. Het is van belang hierbij zoveel mogelijk de gevoelige bestemmingen, zoals woningen, scholen, kinderopvang, zorgcomplexen, ziekenhuizen en kinderspeelplekken goed in beeld te hebben en te ontzien.

- *Verminderen geluidproductie wegverkeer*  
Stimuleer het gebruik van stille banden en stille (elektrische) voertuigen, ook binnen het gemeentelijk wagenpark en het OV.  
Overweeg het aanbrengen van stil asfalt op drukke wegen.
- *Verkeersstromen reguleren*  
Een eenvoudige hoofdwegenstructuur betekent het bundelen van geluidsproblemen op een beperkt aantal tracés.
- *Afschermen van en afstand vergroten tot de geluidbron*  
Hierbij kan gedacht worden aan geluidsschermen, stille plekken door afschermende bebouwing, geluidsisolatie, slaapkamers aan de stille zijde van de woning situeren
- *Communicatie*  
Goede communicatie over geluidbeleid en genomen geluidmaatregelen geeft een groter draagvlak waardoor bewoners minder hinder ervaren.

### Advisering door GGD HM

GGD HM kan betrokken worden in verschillende situaties, zoals:

- Beoordeling van ruimtelijke plannen, de wijkinrichting en de bouw van woningen en scholen. GGD HM kan de plannen beoordelen vanuit gezondheids oogpunt.
- Bij het opstellen van actieplannen geluid.
- Voorlichting geven en beantwoording van vragen over geluid en gezondheid.
- Advisering over maatregelen om geluidshinder en gehoorschade bij evenementen, uitgaansgelegenheden (disco's) en concerten te beperken.

### Meer informatie

[www.gezondheidsraad.nl](http://www.gezondheidsraad.nl)  
[www.compendiumvoordeleefomgeving.nl](http://www.compendiumvoordeleefomgeving.nl)  
[www.nsg.nl](http://www.nsg.nl)  
[www.infomil.nl](http://www.infomil.nl)

