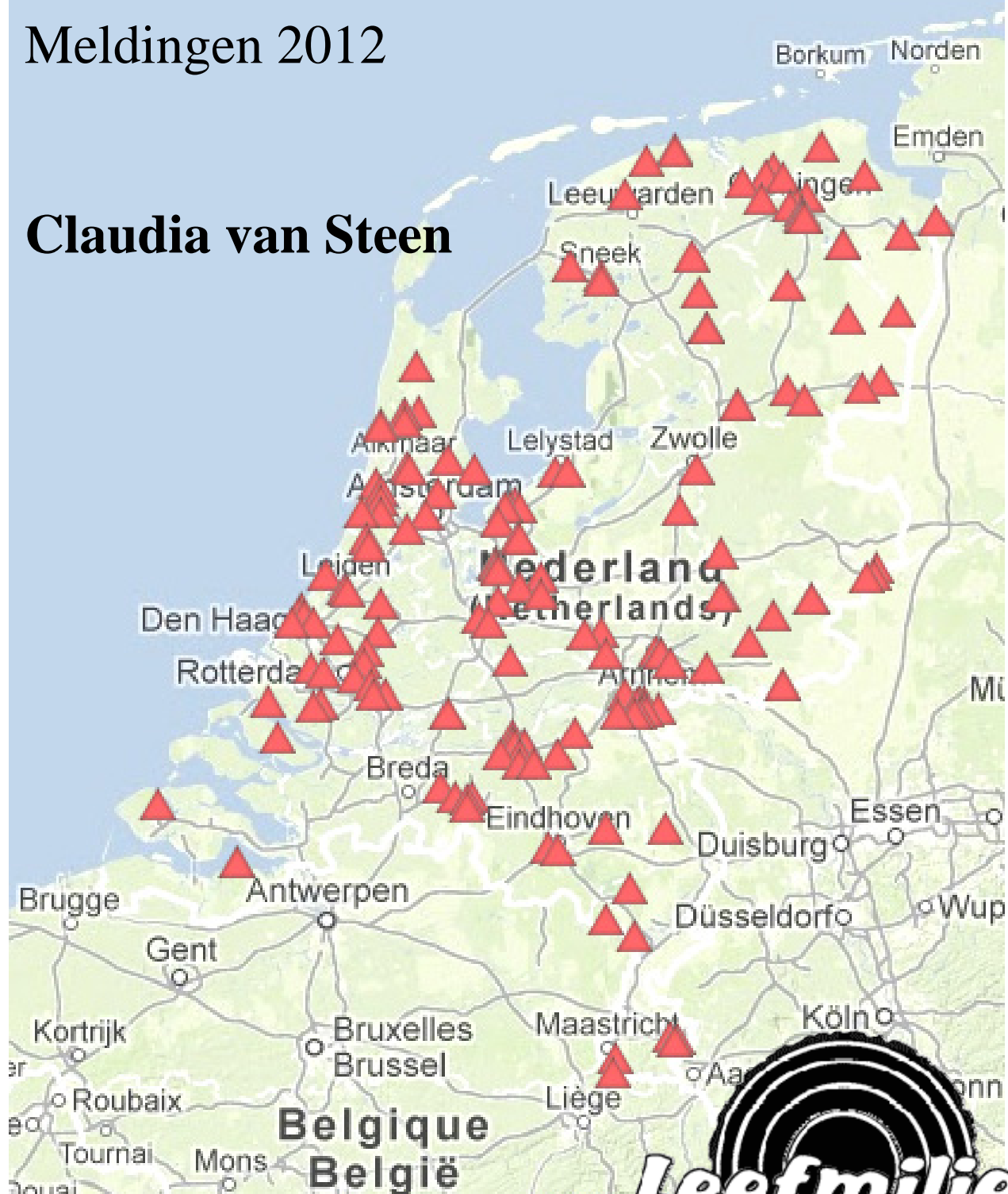


Gezondheidsklachten door milieu

Meldingen 2012

Claudia van Steen



Colofon

Dit is het eindrapport over de meldingen van milieugerelateerde gezondheidsklachten die in 2012 gemeld zijn op de website: <http://www.leefmilieu.nl/klachtmelden>.

Precieze informatie over de meldingen, zoals de spreiding, is daar te vinden.

Dit rapport wordt toegezonden aan GGD's, relevante ministeries en de melder die aangegeven hebben daar prijs op te stellen.

Leefmilieu

Dennenstraat 124

6543 JW Nijmegen

024-3780384

email: burgernetwerk@leefmilieu.nl

www.leefmilieu.nl



Inhoudsopgave

Samenvatting	1
1. Voorgeschiedenis	2
2. Hoe wordt gemeld?	2
3. Meldingen 2012	3
3.1 Milieuoverlast	4
3.2 Gezondheidsklachten	5
3.3 Telefonisch contact met melders	5
4. Conclusies	6

Bijlage 1. Meldformulier

**Bijlage 2. Verslag bijeenkomst Laagfrequent Geluid
van 23 november 2012**

Samenvatting

In 2012 registreerde de vereniging Leefmilieu voor het eerst milieugerelateerde gezondheidsklachten via haar website. Mensen konden daarbij aangeven teruggebeld te willen worden. In 2012 bleek bijna de helft van de melders daar prijs op te stellen. Vrijwilligers van de vereniging Leefmilieu hebben hen teruggebeld en zoveel mogelijk tips gegeven.

Het totaal aantal registraties in 2012 was 179. Het grootste gedeelte van de meldingen ging over geluid en 111 melders noemden specifiek laagfrequent geluid als milieufactor.

Slecht slapen, vermoeidheid en stress waren de gezondheidsklachten die daarbij het meest gerapporteerd werden. Vanwege het grote aandeel klachten over laagfrequent geluid, heeft de vereniging Leefmilieu hierover een bijeenkomst georganiseerd op 23 november 2012. De bijeenkomst werd bezocht door 40 mensen afkomstig uit heel Nederland en informatievoorziening en ervaringen delen stonden daarbij centraal.

Dit rapport vormt de eindrapportage van de meldingen van de milieugerelateerde gezondheidsklachten over 2012. In hoofdstuk 1 wordt de voorgeschiedenis in het kort toegelicht en in hoofdstuk 2 de aanpak van de meldingen, in hoofdstuk 3 volgen de uitkomsten van de meldingen en in hoofdstuk 4 de conclusies. In de bijlagen bij dit rapport zijn het meldformulier en het verslag van de bijeenkomst over laagfrequent geluid opgenomen. Precieze informatie over de meldingen, zoals de spreiding, is te vinden op de website: <http://www.leefmilieu.nl/kaart>.

Dit rapport wordt toegezonden aan GGD's, relevante ministeries en de melders die aangegeven hebben daar prijs op te stellen.



Foto van de bijeenkomst op 23 november 2012 over laagfrequent geluid.

1. Voorgeschiedenis

Eind 2010 verzocht de stichting Meldpunt Gezondheid en Milieu (MGM) de vereniging Leefmilieu de registratie van milieugerelateerde gezondheidsklachten over te nemen, omdat zij haar activiteiten moest stoppen vanwege het aflopen van de subsidie.

De vereniging Leefmilieu streeft al meer dan twintig jaar naar een groen en gezond leefmilieu. Zij doet dit onder andere door milieuproblemen onder de aandacht te brengen, kennis te delen en door mensen die opkomen voor hun leefomgeving bij elkaar te brengen. Het registreren van klachten over gezondheid en milieu past in dit streven: het maakt milieuoverlast van individuele mensen zichtbaar, ook milieuoverlast die anders misschien aan de aandacht zou ontsnappen. Bovendien biedt het de gelegenheid om mensen, die dat willen, bij elkaar te brengen zodat zij kunnen profiteren van elkaars kennis en positie. Het registratiesysteem van de stichting Meldpunt Gezondheid en Milieu (MGM) was arbeidsintensief en kon daarom door de vereniging Leefmilieu niet voortgezet worden. Er is in overleg met de stichting besloten tot een nieuwe aanpak. Er is gekozen voor een registratie waarbij de melders zelf online hun gezondheidsklachten en milieuoverlast invullen. Veel aandacht is besteed aan de categorieën van de te melden milieuoverlast en gezondheidsklachten. Vervolgens is de webbouwer aan de slag gegaan. Vanaf 1 januari 2012 is daadwerkelijk gestart met de registratie. Met een flyer, berichten in de Nieuwsbrief van Leefmilieu, links bij andere organisaties en een rechtstreekse doorverwijzing vanuit het oude meldnummer en de website van het Meldpunt naar Leefmilieu is de mogelijkheid van het melden onder de aandacht gebracht.

In dit rapport worden de resultaten van dit eerste jaar van registreren weergegeven.

2. Hoe wordt gemeld?

Het melden gebeurt helemaal door de melders zelf. Online op de website van Leefmilieu kan het meldformulier (zie bijlage 1) voor de klachten gezondheid en milieu ingevuld worden. Een melding blijft anoniem, maar om het mogelijk te maken de melding te registreren op de overzichtskaart met meldingen, worden wel adresgegevens gevraagd. Op de kaart wordt de melding op een toevallige plaats in het postcode gebied geplaatst en niet op het huis van de melder.



Er zijn 12 verschillende soorten milieuoverlast en 18 gezondheidsklachten om uit te kiezen en in beide gevallen kan ook nog 'overige' gekozen worden. Er kunnen meerdere soorten milieuoverlast of gezondheidsklachten worden aangevinkt. Aan het eind van het formulier kan een toelichting gegeven worden.

Indien een formulier is ingevuld, ontvangt de melder een bevestigingsmail met het verzoek de ingevulde klacht te bevestigen; pas daarna zal de melding daadwerkelijk op het overzichtskaartje verschijnen. Voor mensen die niet online kunnen of willen melden is het mogelijk om het formulier uit te printen en aan Leefmilieu toe te sturen per post, Leefmilieu verwerkt deze melding dan.

Een melder kan aangeven of hij/zij gebeld wil worden over de melding. Indien dit gewenst is, zal een vrijwilliger van Leefmilieu naar de melder bellen. Zo bestaat er de mogelijkheid om een klacht verder toe te lichten en eventueel vragen te stellen; waar mogelijk zal Leefmilieu vragen beantwoorden en tips geven.

Als er veel gelijksoortige meldingen zijn (in soort en/of locatie) dan organiseert Leefmilieu een bijeenkomst om te kijken hoe de problematiek aangepakt kan worden. Melders kunnen aangeven of ze voor een dergelijke bijeenkomst uitgenodigd willen worden.

Ten slotte kan een melder nog aangeven of hij/zij het jaarrapport in digitale vorm wil ontvangen.

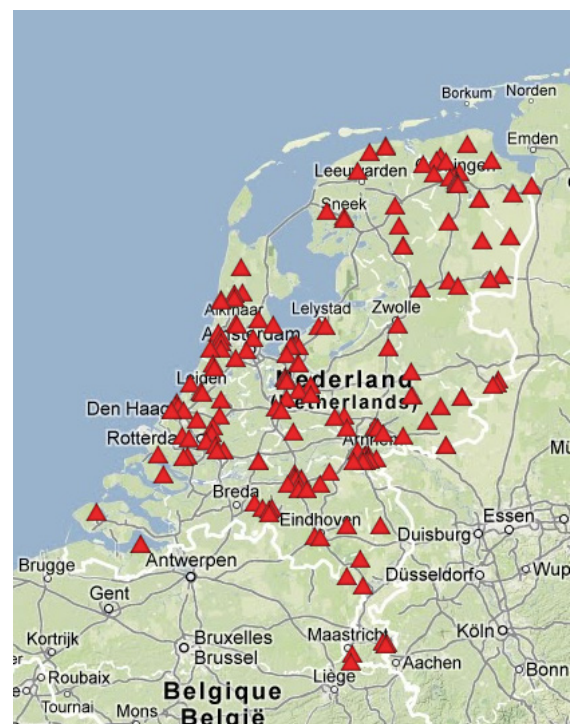
Op de website is altijd een actueel overzicht van de meldingen aanwezig. Alle bevestigde meldingen worden op een kaartje aangegeven met een driehoekje. Als je op dit driehoekje gaat staan met de cursor dan zie je de inhoud van de melding. Bij het kaartje is er de mogelijkheid om te filteren op jaartal, soort milieuoverlast en soort gezondheidsklacht. Zo kan je eenvoudig verschillende groepen van klachten bekijken.

3. Meldingen 2012

Het totaal aantal registraties in 2012 was 179. Dit is een lichte stijging ten opzichte van 2011 (136), toen de meldingen nog door de stichting Meldpunt Gezondheid en Milieu werden gedaan. Dit is een goed resultaat gezien het feit dat het melden nu op een andere wijze en door een andere organisatie dan voorheen gebeurt. De meldingen zijn gespreid over het hele land, zoals te zien is op dit kaartje met alle meldingen over 2012.

Het melden gebeurde 175 keer online, 4 keer is gebruik gemaakt van de mogelijkheid om het formulier te printen en op te sturen naar Leefmilieu. Wij vinden het belangrijk om deze mogelijkheid te handhaven.

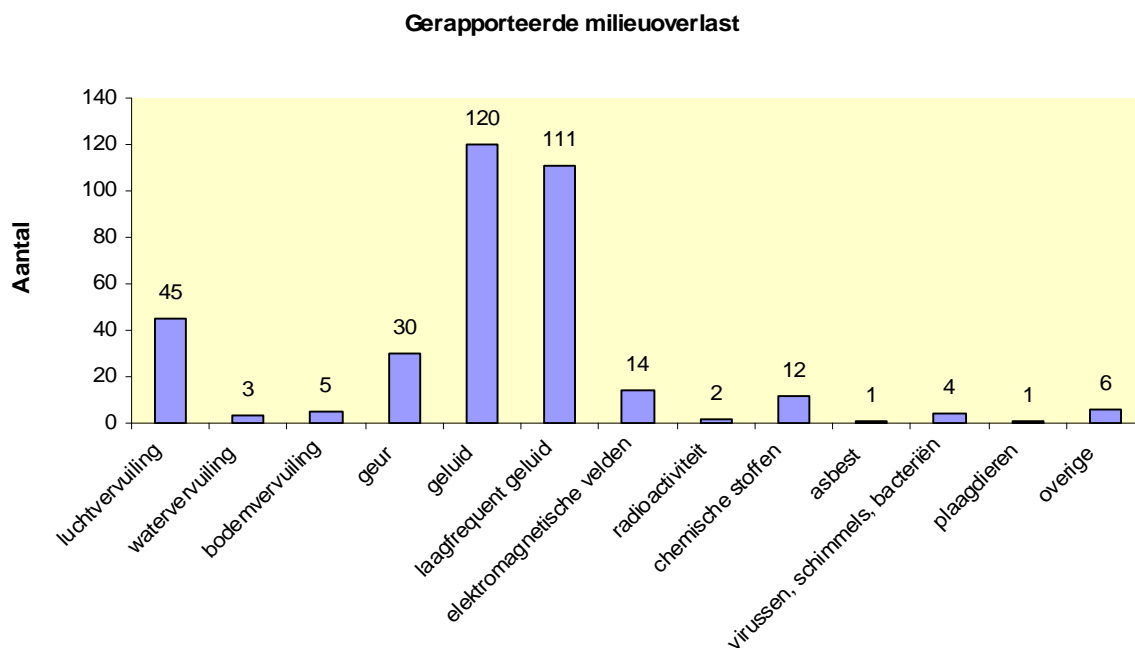
Naast het aankruisen van de klachten maken veel mensen ook gebruik van de mogelijkheid online een



toelichting op hun situatie te geven. Daarnaast hebben maar liefst 80 melders aangegeven dat zij terug gebeld wilden worden om hun problematiek toe te lichten, zie paragraaf 3.3. voor nadere informatie hierover.

3.1 Milieuoverlast

Alle 13 categorieën van milieuoverlast die geselecteerd konden worden bij de melding zijn minimaal één keer genoemd. De som van het totaal aantal gerapporteerde milieuoverlast is hoger dan het aantal meldingen, omdat melders net zoveel categorieën aan kunnen kruisen als zij wensen. In de meeste gevallen wordt meer dan één soort milieuoverlast aangekruist, tot soms wel allemaal. Onderstaande grafiek geeft het overzicht van het aantal keer dat een categorie gemeld is.



Laagfrequent geluid en geluid (meestal gecombineerd) zijn overduidelijk het meest genoemd. Laagfrequent geluid 111x en geluid 120x. Luchtvervuiling en geur zijn daarna het meest genoemd.

Dat laagfrequent geluid en geluid zo vaak genoemd zijn, heeft er mee te maken dat de *Belangengroep Hooggevoelig voor laagfrequent Geluid* de mogelijkheid van het melden goed heeft gecommuniceerd onder haar leden. Deze mensen hebben vervolgens veelvuldig gebruik gemaakt van de registratie.

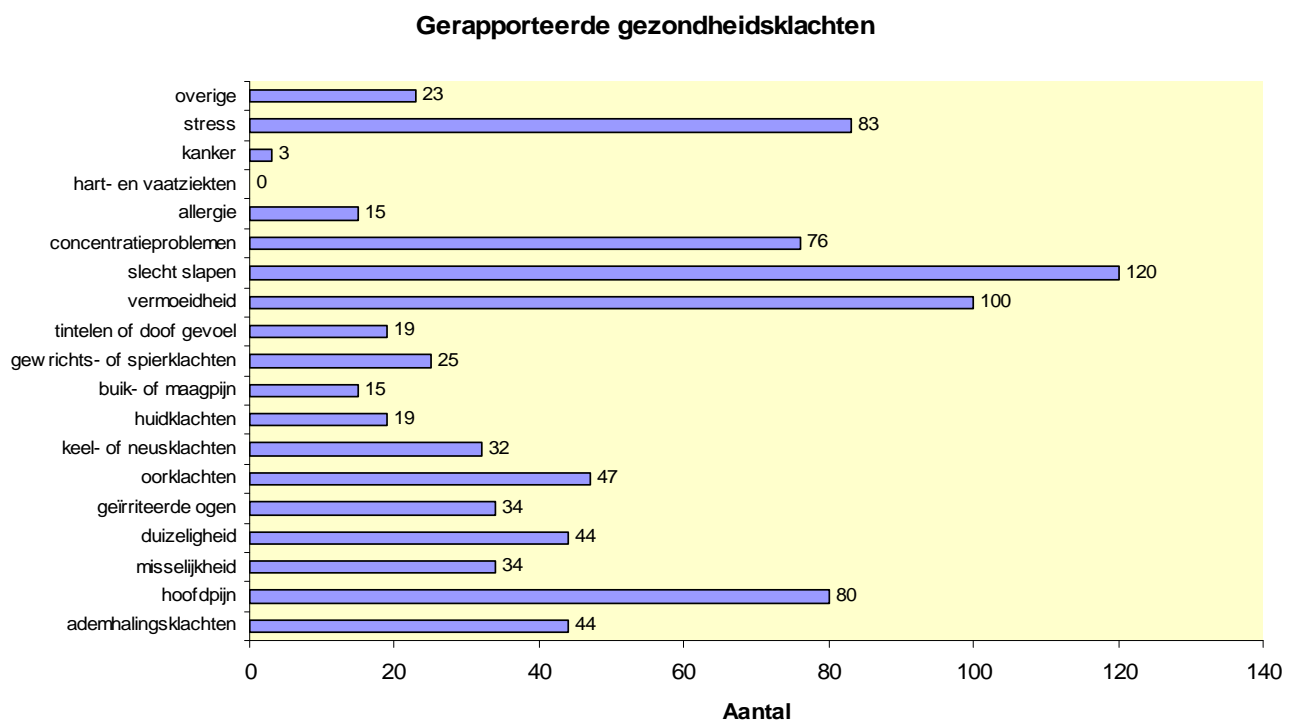
Een enigszins vertekend beeld dus, maar ook een zeer sterke aanwijzing dat de problematiek van gezondheidsklachten door laagfrequent geluid serieus genomen moet worden. Vereniging Leefmilieu heeft daarom voor deze melders en anderen die last ondervinden van laag frequent geluid in het najaar een bijeenkomst georganiseerd



met als onderwerp 'Laag Frequent Geluid, hoe nu verder?'. Veertig mensen uit heel het land zijn naar deze bijeenkomst in Nijmegen gekomen. Tien mensen hadden aangegeven geïnteresseerd te zijn, maar waren niet in staat om te komen (vaak vanwege de slechte gezondheidstoestand). Het verslag van deze bijeenkomst is als bijlage bij dit rapport gevoegd. Het bevat naast informatie over laagfrequent geluid ook veel informatie over de tips van betrokkenen en suggesties voor de aanpak van de overlast.

3.2 Gezondheidsklachten

Een totaaloverzicht van alle genoemde gezondheidsklachten staat in onderstaande grafiek.



De melders van laagfrequent geluid gaven vele verschillende gezondheidsklachten aan, maar een rode draad door deze meldingen heen waren hoofdpijn, vermoeidheid, slecht slapen en concentratieverlies. Ook oorklachten en stress werden veelvuldig genoemd.

Bij hoofdpijn, een vaak genoemde gezondheidsklacht, werden naast laagfrequent geluid ook luchtvervuiling en geur veelgenoemd als de oorzaak. Vaak in combinatie met misselijkheid. Uit deze rapportage wordt duidelijk dat mensen een veelheid aan gezondheidsklachten ervaren, die ze toeschrijven aan milieuoverlast. Enkele combinaties komen zo vaak voor dat het de moeite waard is na te gaan of hier sprake is van oorzaak en gevolg.

3.3 Telefonisch contact met melders

Zoals aangegeven in de methode van registratie, kunnen melders aangeven of ze teruggebeld willen worden. De melders stellen dit op prijs. In grote lijnen kan van alle gesprekken gezegd worden dat mensen het heel prettig vinden om hun verhaal uitgebreid te kunnen vertellen en serieus genomen te worden.

Pasklare oplossingen kunnen meestal niet gegeven worden, maar bijna altijd zijn er wel enige tips en suggesties te geven; veel terugkerend zijn:

- zoek contact met mensen die dezelfde overlast ervaren
- doorverwijzingen naar specifieke belangengroepen, zoals *'Hooggevoelig voor laagfrequent geluid'*, *'stichting Electrohypersensitiviteit (EHS)'* en de *'Stichting Multiple Chemical Sensitivity (MCS)'*
- gemeente en/of GGD bellen
- ook melding doen bij provinciale meldpunten voor milieuoverlast

In de lijn van de aantallen per soort milieuoverlast, zijn ook nu de mensen die last hebben van LFG het sterkst vertegenwoordigd bij de mensen die teruggebeld zijn, maar ook veel melders van luchtvervuiling zijn teruggebeld. Regelmatig betreft het hier overlast door houtkachels, maar ook (agrarische) industrie en verkeer worden genoemd als bronnen van milieuoverlast en gezondheidsklachten.

Wat opvalt, is dat melders vaak al een heel traject achter de rug hebben van melden bij gemeente, GGD, artsen, woonverenigingen, etc. en niet zelden hebben zij daar keer op keer bot gevangen. Mensen voelen zich vaak niet serieus genomen en verliezen vertrouwen in de (overheids)organisaties. Dit is een signaal dat zeker aandacht verdient, elke klacht moet serieus genomen worden; niet zelden is het woongenot van mensen totaal verdwenen en zijn ze de wanhoop nabij.

4. Conclusies

Het kunnen melden van milieugerelateerde gezondheidsklachten voldoet in een behoefte, mensen zijn blij dat ze hun klacht ergens kunnen neerleggen. Ze vinden het belangrijk dat de meldingen aan de overheden worden doorgegeven en hopen daarmee aandacht en op termijn een oplossing voor hun probleem te krijgen. Het terugbellen van de melders die daar prijs op stellen wordt zeer gewaardeerd. Vaak zijn mensen blij met een luisterend oor, want in de meeste gevallen is er sprake van ernstige overlast, een deel van de mensen is de wanhoop nabij.

Als gekeken wordt naar de aard van de meldingen is het opvallend dat het in de meeste gevallen om milieuoverlast gaat die individuen treft. Opvallend afwezig in de meldingen zijn de milieuklachten die groepen mensen treffen: een industriële inrichting bijvoorbeeld. De groepen gaan misschien in actie in plaats van dat zij gaan melden. Dit valt ook op in de verhalen van de melders: ze zijn niet met een groep, hooguit met een paar mensen en ze voelen zich er alleen voor staan.

Uiteraard zal de vereniging Leefmilieu de meldingen doorgeven aan de instanties die hiervoor verantwoordelijkheid dragen, zoals ministeries en GGD's en hen verzoeken de signalen op te pakken. De speerpunten uit dit rapport zijn in ieder geval duidelijk: impact op de gezondheid door laagfrequent geluid en de overlast door houtstook.

Het zal veel mensen helpen als op die gebieden heldere regelgeving komt, waar mensen zich op kunnen beroepen, zodat de overlast en de gezondheidsklachten die ze ervaren verminderen.

Bijlage 1. Melden van gezondheidsklachten als gevolg van milieuoverlast

Formulier

Om een overzicht te krijgen van de gezondheidsklachten die hun oorzaak hebben in het milieu vragen wij u hier uw klachten te melden. Op basis van deze meldingen maken wij ieder jaar een rapportage die wij publiceren en onder de aandacht brengen van de ministeries die verantwoordelijk zijn voor milieu en gezondheid.

Als meerdere situaties u overlast geven: bijvoorbeeld de luchtvervuiling door de houtkachel van de burens en de geluidsoverlast van de weg, dan kunt u het beste twee verschillende meldingen doen.

Stuur dit formulier naar:

Leefmilieu
Dennenstraat 124
6543 JW Nijmegen

Het is verstandig om milieuklachten ook altijd te melden bij de gemeente of provincie waar u woont, zodat die ook op de hoogte zijn van de milieuoverlast.

Let op: alle velden met een * moeten ingevuld worden.

Voorletters: Voornaam:

Achternaam: *

Straat: *

Woonplaats: *

Postcode: *

Geslacht: * Vrouw Man

E-mailadres: (eventueel)

Soort milieuoverlast*

- | | |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> luchtvervuiling | <input type="checkbox"/> bodemvervuiling |
| <input type="checkbox"/> watervervuiling | <input type="checkbox"/> geur |
| <input type="checkbox"/> geluid | <input type="checkbox"/> laagfrequent geluid |
| <input type="checkbox"/> elektromagnetische velden | <input type="checkbox"/> radioactiviteit |
| <input type="checkbox"/> chemische stoffen | <input type="checkbox"/> asbest |
| <input type="checkbox"/> virussen, schimmels, bacteriën | <input type="checkbox"/> plaagdieren |
| <input type="checkbox"/> overig | |

Gezondheidsklacht

- | | |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ademhalingsklachten | <input type="checkbox"/> hoofdpijn |
| <input type="checkbox"/> misselijkheid | <input type="checkbox"/> duizeligheid |
| <input type="checkbox"/> geïrriteerde ogen | <input type="checkbox"/> oorklachten |
| <input type="checkbox"/> keel- of neusklachten | <input type="checkbox"/> huidklachten |
| <input type="checkbox"/> buik- of maagpijn | <input type="checkbox"/> gewrichts- of spierklachten |
| <input type="checkbox"/> tintelen of doof gevoel | <input type="checkbox"/> vermoeidheid |
| <input type="checkbox"/> slecht slapen | <input type="checkbox"/> concentratieproblemen |
| <input type="checkbox"/> allergie | <input type="checkbox"/> hart- en vaatandoeningen |
| <input type="checkbox"/> kanker | <input type="checkbox"/> stress |
| <input type="checkbox"/> overig | |

Wilt u naar aanleiding van uw klacht terug gebeld worden? *

- Nee
- Ja, vul dan hieronder het telefoonnummer in

Telefoonnummer:

Wilt u na afloop van dit jaar per e-mail een bericht over de eindrapportage ontvangen?

- Nee
- Ja, geef dan hierboven uw e-mailadres

Als er meer klachten zijn in uw woonplaats, wilt u dan uitgenodigd worden voor een bijeenkomst? *

- Nee
- Ja

Weet u wat de bron van klachten is of hebt u nog aanvullende informatie, vermeld dat hieronder:

Bijlage 2.

Verslag bijeenkomst Laagfrequent Geluid van 23 november 2012

Inleiding

Sinds januari 2012 bestaat de gelegenheid op de website van de vereniging Leefmilieu gezondheidsklachten te melden die een relatie hebben met het milieu. De meeste meldingen die daarover in 2012 binnenkwamen gingen over laagfrequent geluid (LFG). De vereniging heeft daarom het initiatief genomen om een bijeenkomst daarover te organiseren op 23 november in Nijmegen. De bijeenkomst getiteld "Laagfrequent geluid en hoe nu verder" richtte zich behalve op het vergroten van de kennis over het fenomeen laagfrequent geluid, vooral op het met de aanwezigen (in totaal 39) in kleine groepen van tien personen doorpraten over hoe verder. Dat leverde een veelheid van concrete tips gericht op het individu als ook suggesties voor beleidsvraagstukken, die volgens de aanwezigen door de verschillende organisaties aan de orde gesteld moeten worden.

De bijeenkomst is georganiseerd in overleg met de belangengroep *Hooggevoelig voor laagfrequent geluid*, die ook gezorgd heeft voor het onder de aandacht brengen van deze bijeenkomst bij haar achterban. Meer informatie over de belangengroep op: <http://www.laagfrequentgeluid.nl/>.

In dit verslag zal eerst kort ingegaan worden op de presentatie door Edwin Buikema. Daarna worden de uitkomsten van het overleggen met de deelnemers op een rijtje gezet van tips voor individuen, tot stappen die organisaties kunnen nemen om dit steeds groter wordende milieuvraagstuk aan te pakken.

Presentatie

De presentatie tijdens deze bijeenkomst werd verzorgd door Edwin Buikema, voorzitter van de subsectie laagfrequent geluid van de vereniging van milieuprofessionals (VVM). Edwin Buikema is werkzaam bij adviesbureau Peutz, door de werkzaamheden bij Peutz is hij betrokken bij een groot aantal onderzoeken naar laag frequent geluid. De presentatie getiteld: "LFG en het horen van een bromtoon" is te vinden op de website van Leefmilieu bij <http://www.leefmilieu.nl/lfg>. Uit deze presentatie worden hier 3 punten uitgelicht:

- Geluidsisolatie van woningen werkt niet.
- Laagfrequent geluid is, met kennis van zaken, goed te meten.
- De gevoeligheid van mensen voor laagfrequent geluid is in Nederland niet te meten.



Geluidsisolatie woningen

Indrukwekkend was het geluidseffect dat Edwin Buikema demonstreerde tijdens zijn presentatie van de effecten van geluidsisolatie van woningen. Het blijkt dat woningisolatie wel werkt voor de hoge tonen, maar niet voor de lage tonen. Het gevolg van woningisolatie is dus dat het voor mensen die niet gevoelig zijn voor laag frequent geluid het in huis stiller wordt, terwijl voor mensen die er wel gevoelig voor zijn het laagfrequente geluid steeds meer op de voorgrond komt. Ook afstanden hebben een dergelijke werking, van een vrachtwagen die in de verte stationair staat de draaien blijft op grote afstand het laagfrequente geluid (de bromtoon) overheersen.

Laagfrequent geluid goed te meten

Met, uiteraard de juiste apparatuur, is laagfrequent geluid goed te meten. Je moet echter wel weten waar je meet. Een meting moet bijvoorbeeld eerder in de hoeken van de kamer bij het plafond gedaan worden, dan zomaar ergens in het midden van de kamer. Het geluid meten betekent echter nog niet dat je weet waar het geluid vandaan komt. In veel, ook uitgebreide onderzoeken, kan de bron niet bepaald worden. Maar er zijn wel enkele tips te geven. Ga naar buiten, bijvoorbeeld 's nachts als het buiten stiller is, en als je het geluid daar niet meer hoort, komt de bron waarschijnlijk vanuit het huis zelf. Zet eventueel de elektriciteit van het hele huis uit, om erachter te komen of het geluid van een apparaat uit het huis komt. Hoor je het geluid altijd en overal, bijvoorbeeld ook op vakantie in het buitenland, dan is de oorzaak waarschijnlijk niet laagfrequent geluid.

Gevoeligheid voor laagfrequent geluid meten

Het is een bekend verschijnsel dat mensen heel verschillend gevoelig zijn voor laagfrequent geluid en sommige mensen er zeer gevoelig voor zijn. Het is op dit moment onmogelijk om ergens in Nederland te laten meten of je gevoelig bent voor laagfrequent geluid. Edwin Buikema wist alleen van een Deens laboratorium, waar je in een geluidsdichte ruimte laagfrequent geluid kunt opwekken, om zo de gevoeligheid te bepalen. Er kwam ook een hilarisch voorbeeld ter sprake van iemand die bij een meting in een ziekenhuis vroeg of de ventilator afgezet kon worden, omdat ze van dat geluid zoveel last had tijdens de meting.



Hoe nu verder

Na de pauze gingen de deelnemers in groepen van ongeveer 10 personen uit elkaar, om onder leiding van een voorzitter door te praten over *Hoe nu verder?* De voorzitters presenteerden deze uitkomsten daarna aan alle aanwezigen. In de map, die iedereen bij binnenkomst had gekregen, zat

een formulier waarop alle aanwezigen hun opmerkingen en aanvullingen konden doorgeven. Vier mensen hebben van deze gelegenheid gebruik gemaakt.

Alle uitkomsten zijn in een overzicht verwerkt en voor de overzichtelijkheid zijn ze rond verschillende thema's geordend. Onderstaand het overzicht, te beginnen bij de tips voor individuen en groepen naar adviezen voor medische organisaties, overheid en meer.

Zelf aan de slag

1. Zorg dat je geïnformeerd bent.
2. Zoek eerst de bronnen binnenshuis of bij de burens (centrifuge).
3. Ga niet met de huisarts in de slag (die weet meestal toch van niets) maar vraag een doorverwijzing naar de specialist.
4. Om verder gelegen bronnen op te sporen: fiets 's nachts rond (zonder licht vanwege het geluid van de dynamo), zo lukt het soms om bronnen op te sporen.
5. Als het weer goed genoeg is kun je ook buiten slapen, de LFG trillingen zijn daar meestal minder.
6. Slaap met je oor op je hand, zodat dat oor geen direct contact maakt met het kussen.
7. Stress versterkt de overgevoeligheid. Daarom is het goed om zelf aan de slag te gaan. Bijvoorbeeld met acupunctuur, meditatie, yoga of ayurveda. Zelf meer in balans komen helpt.
8. Zoek een paar mensen die je geloven en die je serieus nemen (anderen verklaren je voor gek).
9. Meld de klachten bij de GGD.
10. Zoek logeeradressen waar je naartoe kunt en waar je geen last hebt van LFG.
11. Maskering. Probleem bij maskering is, dat ieder geluid een eigen tegengeluid vereist. Tinnitus (o.a. bruine ruis) kan schelen, maar dat is erg persoonlijk. Er werden verschillende ervaringen met maskering door andere geluiden genoemd.
12. Inventariseer wat je kunt doen om het jezelf wat makkelijker te maken. Welke middeltjes heb je zelf ontdekt, kunnen anderen er iets aan hebben? (Zoals: bed verplaatsen, extra magnesium, tegen-tikjes die worden bepaald na stem-analyse, af en toe ergens anders slapen, etc.)
Opmerking: de beleving van de hinder is, hoewel er grote overeenkomsten zijn, voor ieder ook weer anders. Wat voor de één werkt hoeft dat bij een ander niet te doen.



Aan de slag met een paar mensen in je buurt

13. Zoek lotgenoten, bijvoorbeeld in de flat, en organiseer je. Huisbaas moet woongenot garanderen.
14. Verzet je tegen megaherrie evenementen (popconcerten).
15. Druk uitoefenen op bedrijven die mogelijke bron zijn, zodat zij meewerken aan onderzoeken of indien nodig en mogelijk maatregelen treffen.
16. Laat proefsgewijs mogelijke bronnen uitzetten.

Voor medische organisaties

17. Zorg dat er een plaats komt waar de gevoeligheid voor laagfrequent geluid gemeten kan worden.
18. Zorg voor aandacht en onderzoek naar medische/fysieke aspecten.
19. Meer onderzoek nodig, want het lijkt erop dat laagfrequent geluid mensen er op den duur ook steeds gevoeliger voor maakt.
20. Gezondheidsklachten krijgen in verschillende groepen veel aandacht. Opgemerkt wordt dat ervaringen met de GGD niet altijd positief zijn. Sommige GGD-en gaan er vanuit dat wat objectief niet hoorbaar zou zijn via het gehoor geen hinder kan veroorzaken. Recente studies tonen echter anders aan, bijv. als er een defect is in het slakkenhuis. Oor- en kaakproblemen worden door een aantal deelnemers herkend. Hiervoor, en voor andere medisch/fysieke aspecten, zou meer aandacht moeten zijn. GGD Den Haag heeft een arts die goed op de hoogte is. GGD Rotterdam heeft een goede audioloog.
21. Het audiologisch centrum in Hoensbroek (audioloog Dion Scheijnen) heeft goede kennis en ervaring. Ook is er het gehoorinstituut Into Ear. Men kijkt daar naar het herstel van het horen van de hoge tonen. Mogelijk dat door de achteruitgang van het horen van hoge tonen de gevoeligheid voor lage tonen groter wordt.
22. Meer onderzoek naar effecten in het lichaam wordt van belang geacht. Onder meer onderzoek naar hogere sensitiviteit van de lage tonen.
23. Medische protocollen dient men te laten vallen. De aanpak blijft maatwerk.
24. De overgevoeligheid valt niet in de categorie Tinnitus (oorsuizen).
25. Een persoon kreeg last van hartritmestoornissen en vraagt zich af of dit het omgekeerde effect van een pacemaker is: de pulsen van het LFG brengen het hart van slag.
26. Zoektocht naar slaapcabine, waarin je LFG vrij kan slapen (nog niet gevonden).



Belangengroepen gehinderden

27. Ervaringen van gehinderden toegankelijk maken. Per persoon is het maatwerk.
28. Alle beschikbare, geobjectiveerde informatie op website zetten.
29. Goede aanpak met betrekking tot hinder op website zetten. Meldpunt positieve aanpak.
30. Namen van artsen die gespecialiseerd zijn in dit onderwerp verzamelen.
31. Indien mogelijk het uitgeven van een eigen folder als alternatief voor die van de GGD.
32. Inventariseren van middelen waarmee je het leven leefbaar, en jezelf gezond kunt houden.
33. Klachtenmelding, organisatie en actie stimuleren om het tot stand komen van betere wet- en regelgeving te versnellen (bijv: norm van dBA naar dBC)



Leefmilieu
Dennenstraat 124
6543 JW NIJMEGEN
(024) 3780384
postbank: 1770432
e-mail: burgernetwerk@leefmilieu.nl
internet: www.leefmilieu.nl

34. In kaart brengen van onder LFG-gehinderden aanwezige expertise.
35. In kaart brengen experts die de problematiek snappen en een bijdragen kunnen leveren.
36. Samenwerking van de verschillende belangengroepen.
37. Info voor "beginners". Er werd gevraagd waar je als "beginneling" terecht kunt voor een goed overzicht van wat dan van belang is: basiskennis over LFG, waar melden, bij welke instanties kun je goed terecht, welke bedrijven kunnen metingen doen, etc. (Later werd opgemerkt dat dat allemaal staat op www.laagfrequentgeluid.nl)
38. Een eigen folder maken als alternatief voor die van de GGD?
39. Zet je in voor verbetering van de wetgeving.
40. Welk gespecialiseerd meetbureau kan metingen doen? Aanschaf gezamenlijke meetapparatuur
41. Streef naar landelijke bekendheid en erkenning van de klachten.
42. Locaties melden waar je géén last hebt (ergens op site plaatsen).

Voor organisaties algemeen

43. Bundeling van krachten, websites, meldingen en voorlichting. Samenwerking.
44. Landelijke geografische kaart met meldingen. Dit kan extra informatie opleveren (bestaat: zie site Leefmilieu)

Overheidsbeleid

45. Politiek bewust maken van probleem
46. Regelgeving moet aangepast worden. De dBC curve is beter aangepast aan de reële gehoorcurve, maar regelgeving is nog afgesteld op de dBA curve. Er moet rekening worden gehouden met traagheid in regelgeving: omschakeling kan wel 5 jaar duren. Op aanpassing hiervan wordt vanuit verschillende richtingen acties ondernomen en gesprekken gevoerd, o.a. door de VVM met de RIVM. Als er veel klachtenmeldingen zijn, en actieve groepen op het gebied van LFG, kan dat aanpassing van normering versnellen.
Opmerking: veel geluidsexperts bij overheden worden wegbezuinigd.
47. Normering van nieuwe machines moet aangevuld worden met LFG normen.
48. Bij ontwerpfasen gebouwen, bij ruimtelijke ordening, rekening houden met LFG aspecten. Best beschikbare technieken toepassen bij bedrijven.

Algemeen

49. Bewerkstelligen dat organisaties / instellingen / individuen LFG niet anders behandelen dan niet-laagfrequent geluid. Het enkele feit dat niet iedereen LFG (bewust) waarneemt wil niet zeggen dat er dan 'dus' maar geen normen voor zouden moeten gelden en/of grenzen aan gesteld zouden moeten worden! Ook met de mensen die LFG wél bewust waarnemen mag rekening gehouden worden!
50. Universiteiten interesseren om studenten onderzoek te laten doen; wetenschapswinkels inschakelen (momenteel universiteit Groningen en Eindhoven meeste kennis)
51. De milieubewegingen overtuigen van de ernst van het Wind Turbine Syndroom.

Evaluatie bijeenkomst

Het initiatief van de vereniging om een bijeenkomst te organiseren werd bijzonder gewaardeerd. Uit het hele land waren mensen gekomen en de bestuursleden werden bedankt voor het initiatief en de goede organisatie. Ook de reacties op de evaluatieformulieren waren lovend. De meeste deelnemers wilden vooral vaker zo'n bijeenkomst, het liefst twee keer per jaar.

Deze bijeenkomst heeft de ernst van het milieuvraagstuk van laagfrequent geluid goed duidelijk gemaakt. Voor veel organisaties is er werk aan de winkel. De vereniging Leefmilieu zet zich in de eerste plaats in voor de brede verspreiding van dit verslag via haar website en haar contacten en roept anderen op dat ook te doen. Verder zal de vereniging laagfrequent geluid opnemen in het activiteitenplan voor 2013.

