



De Gezondheidsraad

**Zoeken**

Zoeken

Publicaties & Downloads[Adviezen](#)[Graadmeter](#)[Werkprogramma](#)[Overige publicaties](#)**Over de Gezondheidsraad**[Missie](#)[Organisatie](#)[Geschiedenis](#)[GR leden](#)[Vacatures](#)[Contact info](#)**Bijzondere commissies & activiteiten**[Beraadsgroepen](#)[VNV](#)[OSH](#)[WBO](#)[CEG](#)**Links**[Nederlandse sites](#)[Internationale sites](#)**Sitemap**[English version](#)[Homepage](#)**Persbericht****Over de invloed van geluid op de slaap en de gezondheid**

Nachtelijk omgevingsgeluid verstoort de slaap en leidt tot slapeloosheid. Nachtelijk lawaai haalt veel Nederlanders uit de slaap. Bij een aantal van hen leidt dat tot slapeloosheid en mogelijk tot andere gevolgen voor gezondheid en welbevinden. Dat concludeert een commissie van de Gezondheidsraad in een vandaag aan staatssecretaris Van Geel van VROM aangeboden advies over geluid, slaap en gezondheid. De staatssecretaris vroeg het advies in verband met de aanpassing van de Nederlandse regelgeving aan Europese voorstellen voor de beperking van nachtelijk geluid.

Slaapverstoring door nachtelijk lawaai is een probleem dat veel Nederlanders bezig houdt, zo blijkt uit enquêtes onder de bevolking. Maar over de invloed daarvan op gezondheid en welbevinden op de lange termijn is nog weinig bekend. Het meeste onderzoek is verricht naar de invloed van weg-, vlieg- en railverkeersgeluid. Daaruit is komen vast te staan, zo concludeert een commissie van de Gezondheidsraad, dat nachtelijk verkeersgeluid bij verscheidene honderdduizenden Nederlanders leidt tot als erg betitelde slaapverstoring. Bij enkele procenten van hen leidt dat tot slapeloosheid en daarmee tot een inbreuk op gezondheid en welbevinden.

Van de drie bronnen van verkeersgeluid hebben de meeste mensen last van wegverkeer: vracht- en personenauto's, motoren en bromfietsen. Daarna komen vlieg- en railverkeer. Hoe effectief de maatregelen zijn om de slaapverstoring en de last voor gezondheid en welbevinden tegen te gaan, is niet goed onderzocht. Wel is bekend dat de theoretische geluiddempende wering van de gevel in de praktijk niet wordt gehaald, ook al omdat mensen hun slaapkamerraam 's nachts graag op een kier zetten. Bij alle geluidbeperkende maatregelen is overigens een probleem dat het effect daarvan door de toenemende mobiliteit voor een deel te niet wordt gedaan.

Om de overlast te beperken zou men het nachtelijk geluid aan grenzen kunnen binden. Door de EU is hiervoor een maat, *Lnight*, voorgesteld, die het totale geluid tussen 11 uur 's avonds en 7 uur 's ochtends representeert. De commissie acht, in navolging van een advies van de Gezondheidsraad uit 1997, die maat bruikbaar. Wel wijst ze er op dat er mensen zijn die al voor 11 uur te ruste gaan en dat veel Nederlanders 's ochtends om 7 uur nog in bed liggen. Bij een gegeven nachtelijke geluidbelasting kan men vervolgens het geluid verder aan banden leggen door eisen te stellen aan aantal en aard van de geluidgebeurtenissen. De commissie geeft aan dat in dat verband het maximale geluidniveau van een auto-, trein- of vliegtuigpassage van veel minder belang is dan het aantal voertuigen of vliegtuigen dat 's nachts passeert.

De commissie breekt een lans voor nader onderzoek naar de gevolgen van nachtelijk geluid voor de gezondheid van kinderen. Daarover is namelijk zo weinig bekend, dat er geen wetenschappelijk verantwoorde uitspraken te doen zijn.

De commissie die het advies opstelde, bestond uit:

· prof dr JJ Heimans, neuroloog; VU Medisch Centrum, Amsterdam; *voorzitter* · ir M van den Berg, beleidsmedewerker; Ministerie van VROM, Den Haag; *adviseur* · dr JJ van Busschbach, psycholoog, onderzoeker; Erasmus Medisch Centrum, Rotterdam · ir JH Granneman, akoesticus; Peutz bv, Zoetermeer · dr HME Miedema, psycholoog; TNO Inro, Delft · prof dr FJN Nijhuis, psycholoog, arbeid en organisatie; Centrum voor Arbeidsperspectief, Hoensbroek · prof dr WF Passchier, chemisch fysisch, Gezondheidsraad, Den Haag; *adviseur* · dr H Tiemeier, psychiatrisch epidemioloog; Erasmus Medisch Centrum, Rotterdam · prof dr AJJM Vingerhoets,

gezondheidspsycholoog; Universiteit van Tilburg · dr AW de Weerd,
neuroloog/slaapdeskundige; Medisch Centrum Haaglanden, Den Haag · drs W Passchier-
Vermeer, fysisicus; Inro, Delft en Gezondheidsraad; *secretaris*

*Nadere inhoudelijke inlichtingen verstrekt mw drs W Passchier-Vermeer,
tel. (070) 340 7520, e-mail , willy.passchier@gr.nl.*

22 juli 2004

[Homepage](#) | [Nieuws](#) | [contact info](#) | [Disclaimer](#)

De Gezondheidsraad is lid van het International Network of Agencies for
Health Technology Assessment (INAHTA).

[INAHTA](#) bevordert de uitwisseling en samenwerking tussen de leden van het
netwerk.

[Copyright](#) 1902 - 2002 Gezondheidsraad ::