

Beste deelnemer aan de Nationale Longitudinale Studie Horen,

Het jaar is alweer ruim over de helft en de herfst is aangebroken: tijd om u, als deelnemer, bij te praten over het reilen en zeilen van de NL-SH. De bekende rubrieken "voortgang onderzoek" en "even voorstellen" ontbreken ook in deze nieuwsbrief niet. Evenals de, in de vorige nieuwsbrief geïntroduceerde, samenvatting van de onderzoeksresultaten. Deze keer richten we ons op de resultaten van het onderwerp psychische vermoeidheid na het werk. Wij wensen u weer heel veel plezier bij het lezen van

deze nieuwsbrief!!

Voortgang onderzoek

Het eerste artikel, over psychosociale gezondheid, is inmiddels gepubliceerd in het internationale tijdschrift 'Ear and Hearing'. In onze vorige nieuwsbrief hebben we al een samenvatting van de resultaten gegeven. Deze samenvatting is nog eens na te lezen op onze website (www.hooronderzoek.nl), onder de kop 'Resultaten'. Daar is ook een link te vinden naar de officiële publicatie in Ear and Hearing. Het tweede artikel, over psychische vermoeidheid (herstelbehoefte) na het werk, is inmiddels ook geaccepteerd door een internationaal tijdschrift. Dit artikel zal binnenkort verschijnen in 'The International Journal of Audiology'. Verderop in de nieuwsbrief vindt u een samenvatting van de resultaten van dit artikel. Momenteel leggen we de laatste hand aan de analyses over het zorggebruik en het opschrijven van de uitkomsten hiervan. Een andere mijlpaal die we bereikt hebben is het aantal ingeschreven deelnemers: de magische grens van **2000** deelnemers is inmiddels gepasseerd!!



Publiciteit

De Nederlandse Vereniging Voor Slechthorenden (NVVS) heeft al meerdere malen aandacht besteed aan ons onderzoek. Bijvoorbeeld door het plaatsen van onze oproep op hun website. Ook aan de resultaten die nu bekend worden besteden ze aandacht. Zo is in het julinumnummer van de "Horen", het magazine van de Nederlandse Vereniging voor Slechthorenden, een

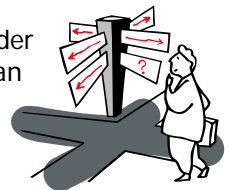
WIST U DAT:

Een grote meerderheid van de deelnemers tijdens de meetperiode één of meerdere keren contact heeft gehad met een zorgverlener? Het gaat hierbij om allerlei typen zorgverleners: van huisarts tot fysiotherapeut, medisch specialist of homeopaat.

uitgebreid interview verschenen met Sophia Kramer en Janneke Nachtegaal. Bent u nieuwsgierig naar het interview? Via onze website kunt u een pdf versie van het artikel bekijken.

Verhuisbericht

Bent u verhuisd of heeft u een ander email adres gekregen? Laat het ons dan zo snel mogelijk weten door een email te sturen naar verhuisbericht@hooronderzoek.nl. Alvast bedankt!



Even voorstellen...

Wie zijn de mensen van het team hooronderzoek? Wie verstuurt de vragenlijsten en wie houdt de administratie bij? In deze rubriek stellen wij u iedere keer voor aan een andere medewerker van het Team Hooronderzoek. Deze keer stellen wij u voor aan **Theo Goverts**, klinisch fysicus-audioloog en hoofd van het Audiologisch Centrum van het VU medisch centrum. "In ons audiologisch centrum (www.ac-vumc.nl) zien we patiënten van 0 tot 100 jaar met problemen op het gebied van gehoor en communicatie.

Slechthorendheid hangt vaak samen met andere factoren en heeft vaak grote gevolgen voor het functioneren in het dagelijks leven. Daarom vinden wij het van groot belang om met een team van gespecialiseerde medewerkers de problemen in kaart te brengen, maar vervolgens ook de **mogelijkheden** die mensen hebben. Een groep die deze aandacht in het bijzonder verdient zijn de mensen die in hun werkende leven aanlopen tegen problemen door hun slechthorendheid. Wij zien deze patiënten op ons ARBO-audiologie spreekuur met audioloog, psycholoog en arbeidsgeneeskundige. Door de NL-SH leren we nog beter wat er nodig is voor deze doelgroep. Ik wil de deelnemers van de NL-SH daarom danken voor hun medewerking!"



Resultaten:

Relatie gehoor & psychische vermoeidheid

In het tweede artikel over het NL-SH onderzoek richten we ons op slechthorendheid en werk en dan vooral op de vermoeidheid na het werk. Sommigen zullen misschien zeggen: "Waarom moet je daar nog naar kijken; het is toch zo dat slechthorenden veel vermoeider zijn na een dag werken?". Maar eigenlijk is dit nooit goed onderzocht. Iedereen die werkt zal wel eens moe zijn na een werkdag en heeft dan tijd nodig om van die vermoeidheid te herstellen. Dat is op zich geen probleem, maar wanneer dit vaak gebeurt en er onvoldoende tijd is om te herstellen van de



vermoeidheid kunnen er op den duur gezondheidsklachten ontstaan. In ons onderzoek hebben we de (psychische) vermoeidheid gemeten met een maat die de *herstelbehoefte* wordt genoemd. Deze geeft aan in welke mate mensen problemen ervaren met het

herstel van de geleverde inspanningen op het werk. Een voorbeeld van een vraag is: "Na het avondeten voel ik me meestal nog vrij fit". Hoe hoger de *herstelbehoefte* is, hoe meer vermoeidheidsverschijnselen er zijn. Het is zelfs zo dat een *herstelbehoefte* boven een bepaalde waarde, een risicocategorie vormt. Mensen met een *herstelbehoefte* in deze risicocategorie zouden een grotere kans hebben op het ontwikkelen van psychische gezondheidsklachten.

Ook schijnt de kans op verzuim groter te zijn bij een hoge *herstelbehoefte*, maar of dat ook bij slechthorenden het geval is moeten we nog onderzoeken. Net als in ons eerste artikel, hebben we de score op de hoortest gebruikt als maat voor het gehoor in ons tweede artikel. De belangrijkste onderzoeksvraag was: is de mate van *herstelbehoefte* groter naarmate mensen meer moeite hebben met horen? Om hier een antwoord op te kunnen geven hebben we de score op de hoortest gerelateerd aan de *herstelbehoefte*. De resultaten laten inderdaad een duidelijke relatie zien. De *behoefte tot herstel* is namelijk groter naarmate de score op de hoortest slechter is. Ook neemt de kans dat de *herstelbehoefte* in de risicocategorie valt toe naarmate iemand minder goed hoort. Dit zijn volgens ons belangrijke resultaten. Bij slechthorende werknemers kan het vroegtijdig signaleren van een (te) hoge *herstelbehoefte* bijvoorbeeld helpen om tijdig maatregelen te nemen. Bijvoorbeeld regelmatig even kort pauzeren of niet te lang vergaderen. Op die manier kan men met vrij simpele maatregelen voorkomen dat er psychische klachten ontstaan of kan zelfs worden voorkomen dat mensen uitvallen op het werk. De resultaten kunnen ook betekenisvol zijn voor bijvoorbeeld leidinggevenden en bedrijfsartsen. Wanneer een grote *behoefte tot herstel* wordt vastgesteld, kan slechthorendheid de onderliggende oorzaak zijn. Vaak wordt dat niet onderkend of wordt daar simpelweg niet (tijdig) aan gedacht.

