



Ziekmakende

Het Sick Building Syndrome wordt de laatste jaren serieus genomen. En in de erkenning van de klachten loopt de overheid voorop. **Maar is dat genoeg?**

Tekst Renée Lambou
.....

'Droge mond, griepig, concentratieproblemen en vermoeidheid.' Wim Janssen ging in 2001 in kantoorcomplex Westraven voor Rijkswaterstaat werken, en begon zich steeds zieker te voelen. 'Het ging heel geleidelijk. Zo geleidelijk dat ik het bijna niet door had.' Tot hij merkte dat zijn collega's ook klachten hadden. 'Er werd steeds meer over gepraat. Sommige werknemers kregen zelfs een beklemmend gevoel op de borst.' Ondanks dat Janssen niet de enige was die zich niet goed voelde, was er van hoger hand weinig aandacht voor het probleem. En dus ging hij zelf op onderzoek uit. 'Ik ben boeken gaan lezen

waarin fysieke en psychische klachten werden toegewezen aan de werkomstandigheden. Dat opende mijn ogen.' Hij probeerde zijn probleem zelf aan te pakken door vaker naar buiten te gaan, en vaker het licht op te zoeken. Maar pas toen het gebouw – onder andere vanwege de gezondheidsklachten van de werknemers – van boven tot onder werd verbouwd, verdwenen zijn klachten echt. Er werden extra ramen geplaatst, er kwam een nieuwe zonnewering en een modern klimaatbeheersingssysteem. De verbouwing kostte tweeënzeventig miljoen euro, en Janssen is er dolblij mee. 'Elk blok van werkplekken heeft een eigen "klep" gekregen, zoals wij dat noemen. Als je die openzet komt er frisse wind naar binnen. De ramen hebben het heerlijk licht gemaakt, en je kunt zelfs de intensiteit en de kleur van het kunstmatige licht aanpassen. Sinds de verbouwing voel ik me, ook na een lange dag werken, gewoon nog fit.'

TWEENDERTIG GRADEN

De Wereldgezondheidsorganisatie schat dat in dertig procent van de nieuwe of gerenoveerde



kantoren

Een gezond binnenklimaat levert de overheid flinke besparingen op

kantoorgebouwen symptomen van het Sick Building Syndrome (SBS) worden waargenomen. En dat tien tot dertig procent van de mensen die daar werkt ook daadwerkelijk klachten heeft. Mirjam van der Kooij is zelfstandig adviseur arbeidsomstandigheden en komt tijdens haar bezoeken aan bedrijven voortdurend mensen met klachten tegen. 'Ik krijg vaak vragen als: "Hoe komt het dat ik hier altijd loop te snotteren?" of "Waarom kan ik, sinds ik hier werk, mijn lenzen niet meer dragen?" Mensen kennen de term Sick Building Syndrome niet, maar hebben er vaak wel last van.'

Iets wat beleidsadviseur arbeidsomstandigheden Ingrid van der Wal van vakbond Abvakabo FNV herkent. 'Van de mensen die bij ons aangesloten zijn krijgen we vaak vragen over geïrriteerde ogen en een droge keel.'

Ook over het klimaat op kantoor wordt veel gebeld. Zijn de klachten waarmee mensen bij de vakbond aankloppen meestal nog redelijk onschuldig, de Arbeidsinspectie krijgt de extreme gevallen onder ogen. Woordvoester Suzanne van Gils: 'Omdat dit eigenlijk een onderwerp is waar werkgever en werknemer samen uit

moeten komen, komen alleen speciale situaties bij ons terecht. Qua klimaat hebben we het dan over heel koud – onder de twaalf graden – of heel warm – boven de tweeëndertig graden. De Arbeidsinspectie kreeg in 2006, toen we een hele hete zomer hadden, zevenendertig klachten alleen over de temperatuur op kantoor. In sommige gevallen was er echt sprake van mogelijke gezondheidsschade.'

PRODUCTIVITEIT

Over het algemeen is de situatie in overheidsgebouwen beter op orde dan in het bedrijfsleven, aldus de experts. Mirjam van der Kooij: 'Veel overheidsgebouwen zijn de laatste jaren vernieuwd, en worden nu beter onderhouden. Er staan geen oude printers in de werkkamers, de airconditioning werkt goed, en is schoon. Bovendien kunnen in veel gevallen de ramen gewoon open.' Die mogelijkheid tot persoonlijke beïnvloeding van het klimaat is, zo blijkt uit onderzoek, een van de belangrijkste factoren in het voorkomen van SBS. 'Klimaat is heel persoonlijk', aldus expert Atze Boerstra. 'Je kunt niet op afstand bepalen wat een aangename

'Er zitten nog genoeg mensen in oude panden, waar een nieuwe monitor het verschil niet zal maken'

'De komst van de flexplek zorgt voor een veel schoner kantoor'

temperatuur is voor je werknemers. Dat moeten ze zelf – eventueel in overleg met hun collega's – kunnen besluiten.'

POTDICHT

Boerstra werkte jarenlang in de arbohoek en begon in 1996 zijn eigen bedrijf. In opdracht van bedrijven, projectontwikkelaars en ook de overheid onderzoekt hij het binnenklimaat in gebouwen. Vervolgens brengt hij advies uit over de oplossing van problemen, maar ook over het voorkomen. Hij merkt, net als Mirjam van der Kooij, dat de overheid het de laatste jaren vrij goed regelt. Al zijn er hier en daar wat uitzonderingen. Boerstra: 'Voor de wat oudere gebouwen zijn niet gebouwd om de werknemers zich zo prettig mogelijk te laten voelen. Zo zijn er bijvoorbeeld de ramen die niet open kunnen. Daartoe werd in de jaren '70 vaak besloten, met zuinigheid voor ogen. Als alles potdicht zat, kon de binnentemperatuur namelijk beter geregeld worden. Maar dat betekent voor veel mensen die er iedere dag acht uur zitten wel vaak hoofdpijn.' Bij de panden die nog gebouwd moeten worden, is er daarom juist extra aandacht voor het binnenklimaat, om problemen te voorkomen. Boerstra: 'Ik merk dat mijn bedrijf er steeds eerder bijgehaald wordt. Vaak zelfs tijdens de bouw al. Het begint eindelijk door te dringen dat voorkomen beter is dan genezen.' En dat is niet alleen uit bezorgdheid om de werknemers, maar ook puur uit eigen belang. Achteraf nog verbouwen kost niet alleen handen vol geld, ook zieke medewerkers zijn een aanslag op de portefeuille. En zelfs als de werknemers wel naar hun werk komen, maar zich niet fit voelen, is dat een dure grap. Uit onderzoek blijkt dat een gezond binnenklimaat tot een productiviteitswinst van zesendertighonderd euro per werknemer per jaar leidt. Je zou zeggen dat door de aanpak van het binnenklimaat op de werkplek de laatste jaren, de klachten minder zouden worden. Maar zo simpel ligt het niet, aldus Atze Boer-

stra. 'Onderzoeken naar het klimaat in gebouwen wordt amper nog gedaan. Omdat het zo'n complex probleem is, met heel specifieke symptomen, kost dat veel geld. Geld dat er vaak niet is. Het laatste grote onderzoek stamt uit 1989, van de Wageningen University.'

ERGONOMIE

Ook Peter Verstralen van Expertisecentrum Arbeid en Gezondheid van het ministerie van Binnenlandse Zaken laat weten er niets over te kunnen zeggen: 'Rijksbreed is er, voor zover mij bekend, de laatste jaren niet meer gemeten op de factoren van Sick Building Syndrome. We weten dus niet of de klachten verminderen.' Al verwacht hij dat persoonlijk wel. Mede vanwege de opkomst van de flexplek. 'Dat houdt in dat bureaus aan het einde van iedere werkdag helemaal leeg zijn. De volgende dag kan er namelijk weer iemand anders zitten. Daardoor kunnen schoonmakers veel beter schoonmaken. Daarnaast kunnen in veel panden tegenwoordig de ramen open, kunnen werknemers de temperatuur steeds vaker zelf regelen, en zijn veel beeldbuismonitoren vervangen door TFT schermen, die minder geluid en warmte produceren.' Mirjam van der Kooij moedigt de veranderingen aan, maar gelooft niet dat daarmee ook meteen de gebouwen 'geзд' zijn. 'Mensen denken dat SBS vanzelf zal verdwijnen, omdat er rekening mee wordt gehouden. Maar het is een complex probleem, dat niet zo makkelijk opgelost kan worden. Bovendien zitten er nog genoeg mensen in oude panden, waar een nieuwe monitor niet het verschil zal maken. Ook bij de overheid.' Ook expert Boerstra is nog lang niet tevreden. 'Het lijkt alsof er de laatste jaren veel aandacht voor is. Maar als je het vergelijkt met hoeveel ophef er is over de juiste ergonomische stoel, valt het echt in het niet. Terwijl de gevolgen veel ingrijpender kunnen zijn.' ●

Wat doe je ertegen?

Houd je bureau vrij, zodat de schoonmakers deze goed schoon kunnen houden.

Zorg dat afval op tijd opgeruimd wordt.

Ga naar buiten in de pauze.

Staan er meerdere oude printers op uw werkkamer, verplaats deze dan naar een andere ruimte. Dit in verband met de stofdeeltjes die ze uitstoten.

Zit er een knop op de verwarming, gebruik deze dan ook.

Informeer of je collega's ook last hebben van hoofdpijn, droge ogen en niezen.

Ga voor jezelf na of de klachten overgaan zodra het weekend is of als je een keer op vakantie gaat.

Kunnen de ramen open? Doe ze dan open. Frisse lucht kan al veel verschil maken.

Blijf je klachten houden? Kaart het probleem dan aan bij de afdeling P&O, je werkgever of leidinggevende.

Levert dit niets op? Speel het dan via de OR, of eventueel via de vakbond. In een uiterst geval kun je de Arbeidsinspectie benaderen.

Stress

Naast de werkomstandigheden, speelt stress waarschijnlijk ook een rol in het ontwikkelen van Sick Building Syndrome. Tenminste, dat beweren Britse onderzoekers. Zij evalueerden de werkomgeving, de werkdruk en de lichamelijke klachten van 4.052 ambtenaren, werk-

zaam in 44 verschillende kantoorgebouwen. Vrouwelijke medewerkers hadden gemiddeld last van 2,7 van de tien symptomen van SBS, de mannen 2,2. Uit de vragenlijsten werd duidelijk dat werknemers die een hogere werkdruk ervoeren, beduidend hoger scoorden.

Meer informatie:



+www.arbobondgenoten.nl
+www.arbeidsinspectie.nl

+www.arboportaal.nl
+www.werkenin2015.nl

