



## Vplivi HRUPA na človeka doma in na delu

### POJEM HRUPA!

**Hrup je zvok**, ki v naravnem ali življenjskem okolju ljudi vzbuja nemir, moti človeka, ruši koncentracijo ali škoduje okolju. Njegova jakost (glasnost) se meri v decibelih (dB). Človeško uho ima izredno sposobnost prilagoditve različnim jakostim zvoka, ki segajo od praga slišnosti pri 0 dB do praga bolečine pri 130 dB in več.

**Hrup je škodljiv** in lahko povzroči škodljive učinke kot so motnje spanja, povišanje krvnega tlaka, poškodbe srca in ožilja, motnje pri koncentraciji, zmanjšano učinkovitost pri delu, vznemirjenost in **poškodbe sluha** (naglušnost).

### OKVARE SLUHA!

**Akutna poškodba sluha:** nastane takoj zaradi izpostavljenosti nenadnemu zelo visokemu hrupu (> 120 dB nekaj minut ali > 130 dB nekaj trenutkov). Posledica je zaznavna ali mešana naglušnost, večinoma trajna, delno povratna po prenehanju izpostavljenosti. Prvi znak je šumenje in/ali piskanje. Trajni znak izpostavljenosti visokemu hrupu je trajna naglušnost in trajno šumenje ali piskanje v ušesih.

**Poškodba bobniča, srednjega ali notranjega ušesa:** nastane zaradi izpostavljenosti nenadnemu zelo visokemu hrupu (> 120 dB nekaj minut ali > 130 dB nekaj trenutkov). Pride do raztrganine bobniča, poškodbe slušnih koščic ali pa mehanske okvare notranjega ušesa. Posledica je prevodna ali mešana naglušnost.

**Kronična naglušnost (pogosta poklicna bolezen):** nastane, če smo dlje časa (vsaj 3 leta) izpostavljeni 8h dnevno hrupu 87 dB (predpisana mejna vrednost hrupa). Delavec sprva pri pogovoru nima težav, ker nastaja naglušnost počasi in postopoma, nato ne sliši visokih tonov in šele pozno opazi, da postaja naglušen. Okvara sluha je zaznavna, trajna, po prenehanju izpostavljenosti hrupu ne napreduje. Za kronično naglušnost **ni zdravila**, zato so bistveni in edini učinkoviti ukrepi varovanje sluha pri delu, za kar obstajajo učinkovita **osebna varovalna sredstva**.

### ZAŠČITA PRED HRUPOM NA DELOVNEM MESTU!

Če je le mogoče, **mora delodajalec odpraviti vir hrupa**. Če to ni mogoče, je treba **hrup obvladati pri viru**. Uvesti je treba **splošne kolektivne varnostne ukrepe**, ki bodo varovali čim večje število delavcev. **V skrajnem primeru**, če drugi ukrepi niso mogoči je treba delavcem priskrbeti osebno varovalno opremo.

Varnostne ukrepe je treba izvesti tako, da se:

- Izberejo ustrezni proizvodni postopki in delovna oprema (odprava vira hrupa),
- Zmanjša raven hrupa, zlasti pri virih (obvladovanje pri viru – zvočna izolacija delovne opreme oz. prostora, dušenje vibracij, zmanjšanje hitrosti delovanja strojev, uporaba tišjih vrst materiala...),
- Omeji prosto širjenje hrupa in zmanjša odmevnost delovnih prostorov (splošni kolektivni ukrepi – absorpcija zvoka v prostoru z namestitvijo zvočno – izolacijskih plošč, ustrezna organizacija dela, sprememba lokacije delovne opreme in njene razmestitve v prostoru),
- Odredi uporaba primerne in ustrezne varovalne opreme za varovanje sluha (kot zadnji ukrep).

**Uporaba osebne varovalne opreme mora biti zadnji mogoči ukrep za varovanje delavcev pred izpostavljenostjo hrupu.**

Njena uporaba je upravičena le, če so bile izčrpane že vse ostale možnosti za odpravo in zmanjšanje hrupa!!!

