

Wie bitte?

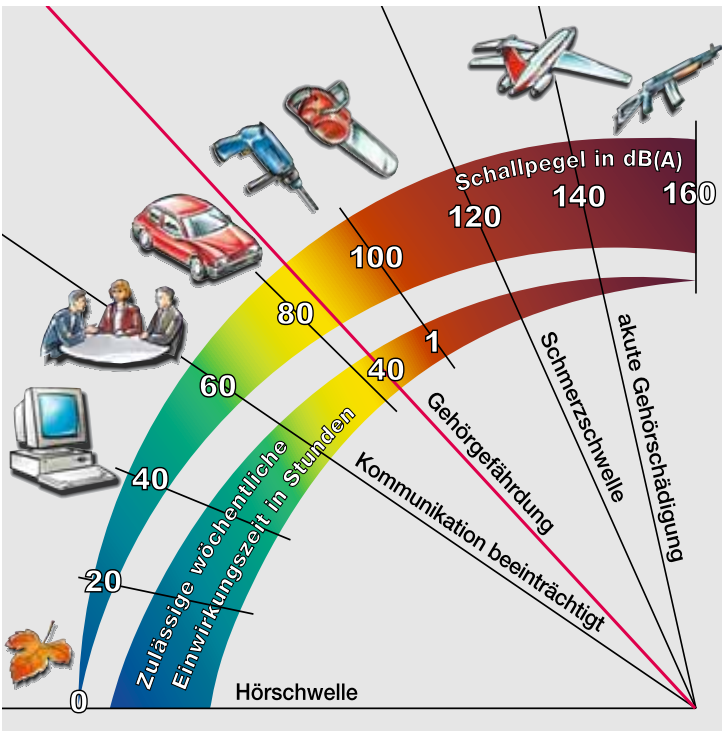
Fragen und Antworten
zum Thema Lärm.



Was ist Lärm?

Lärm ist unerwünschter, störender oder gesundheitsschädigender Schall. Schützen Sie sich vor intensivem Lärm, denn er kann Ihr Gehör schädigen. Und wer nicht mehr hören kann, muss Trauriges fühlen.

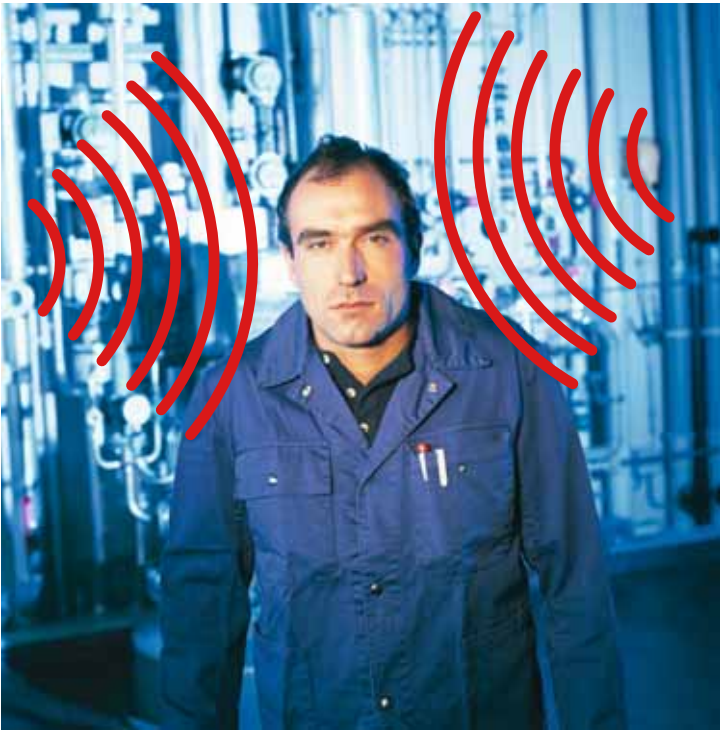




Wie laut ist zu laut?

Ob Lärm Ihrem Gehör schadet, hängt vom Schallpegel und der Dauer der Belastung ab. Schützen Sie Ihr Gehör. Denn es hat Ihnen noch vieles zu sagen.



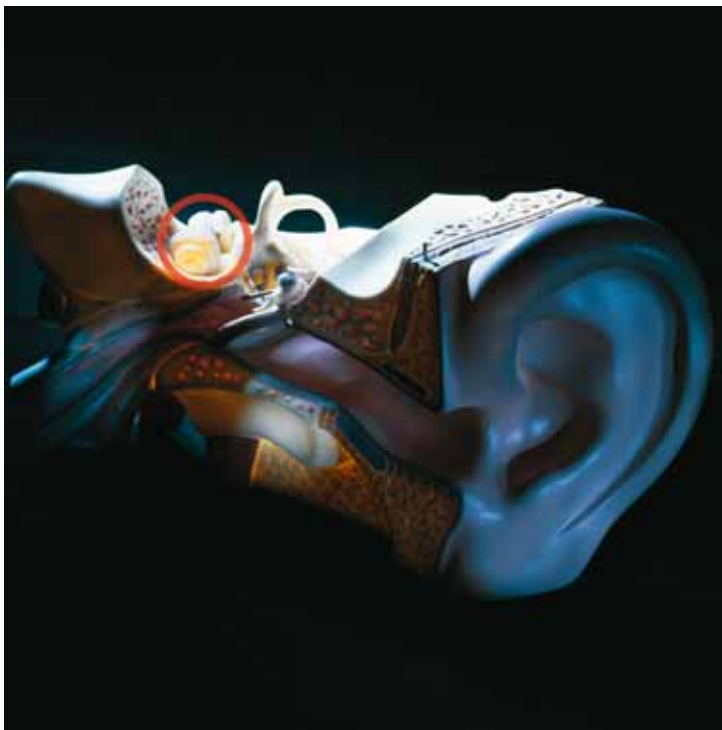


Wie wirkt sich Lärm aus?

Lärm hat Folgen: Verständigungsschwierigkeiten, Stress, Fehleranfälligkeit und raschere Ermüdung. Es geht aber noch weiter: von der kurzzeitigen Vertäubung (dumpfes Hören) bis hin zur chronischen Schwerhörigkeit. Werden Sie nicht erst durch Schaden klug!

Gehör schützen!

Denn gut hören heisst dazugehören.



Ist lärmbedingte Schwerhörigkeit heilbar?

Dauernder Lärm kann unser hochsensibles Innenohr überlasten. Die Folge ist ein unheilbarer Hörverlust. Und was besonders heimtückisch ist: er entwickelt sich ohne warnende Schmerzsymptome. Am Lärm lässt sich immer etwas ändern, am eingetretenen Hörschaden nie mehr.





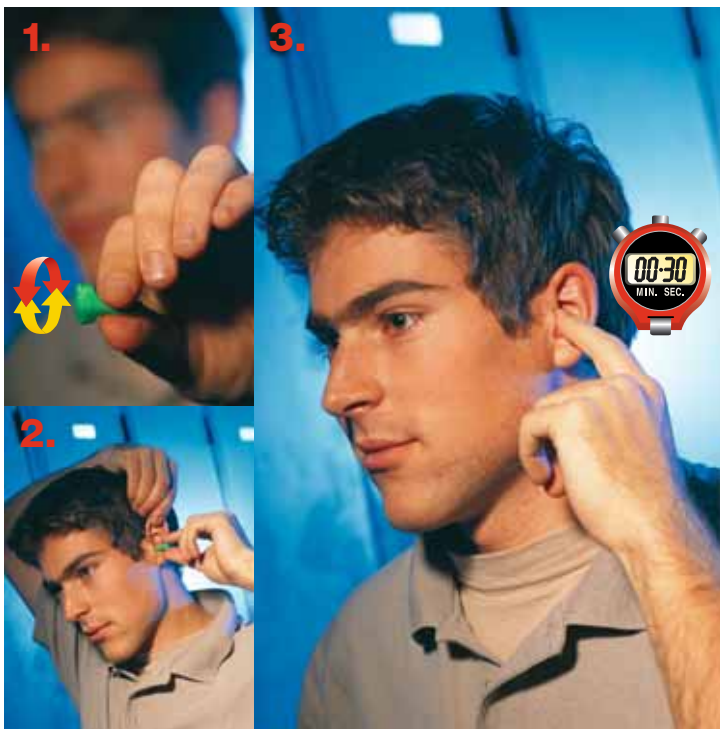
Wie schütze ich mich?

Wichtig ist, dass Sie die Gehörschutzmittel richtig benutzen: der Lärm muss deutlich leiser wahrgenommen werden.

Und wichtig ist auch, dass Sie sich konsequent schützen.

Damit Sie auch all das Schöne noch hören, das nur geflüstert wird.





Wie werden Gehörschutzpfropfen richtig benutzt?

Gehörschutzpfropfen müssen den Gehörgang dicht verschliessen. Sonst verlieren sie ihre Wirkung. Nur wenn der Lärm draussen bleibt, bleibt das Gehör gesund.

Die Schutzwirkung individuell angepasster Gehörschützer (Otoplasten) muss überprüft werden, bevor sie bei der Arbeit getragen werden. Die Überprüfung ist alle zwei Jahre zu wiederholen.

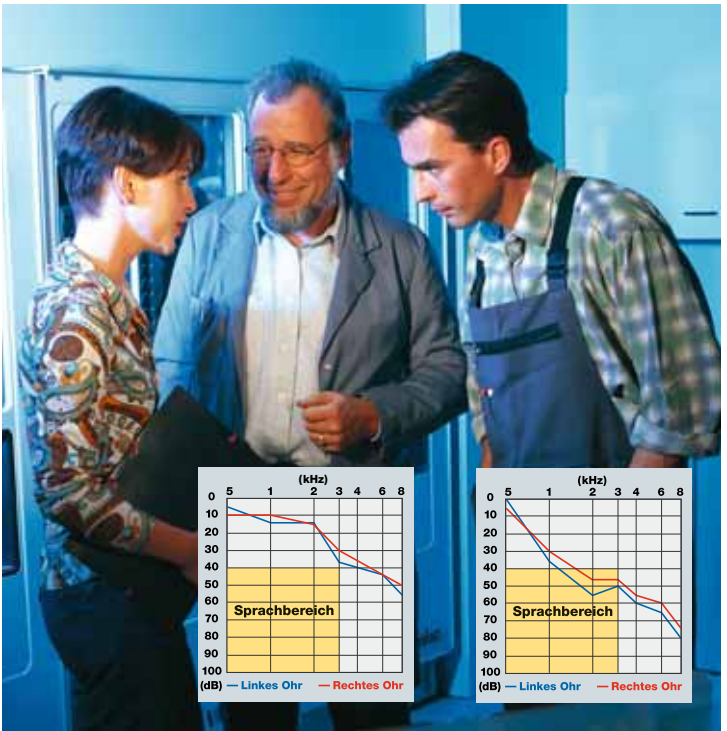




Muss Lärm wirklich sein?

Lärm kann man vermindern durch leisere Geräte und Verfahren. Zum Beispiel durch Blaspistolen mit lärmarmen Düsen, Kapselung lauter Maschinen, schallschluckende Raumverkleidungen usw. Gegen Lärm lässt sich etwas machen, aber gegen die Folgen eines Gehörschadens ist man machtlos.





«Wie bitte...?»

Wenn es Ihnen schwerfällt, Gesprächen zu folgen, könnte das ein erstes Zeichen einer Höreinbusse sein. Eine Höreinbusse wirkt sich auf alle Lebensbereiche aus. Denn weniger hören heisst weniger verstehen.

Für welche Tätigkeiten Anrecht auf regelmässige Hörtests im Audiomobil der Suva besteht, zeigen die Lärmtabellen (Verzeichnis: Bestell-Nr. 86005.d).



Was tun, wenn's in den Ohren pfeift?

Auswirkungen extremer Lärmbelastung wie dumpfes Hören oder Ohrgeräusche (Pfeifen, Rauschen) müssen innert 12 Stunden abklingen. Sonst unbedingt einen Arzt aufsuchen! Schützen Sie sich, damit es Ihnen nicht ein Leben lang in den Ohren pfeift.



Haben Sie ein Lärmproblem?

Die Fachleute der Suva beraten Sie gerne.

Suva, Bereich Physik

Telefon 041 419 61 34

akustik@suva.ch

www.suva.ch/laerm

Die Suva wünscht Ihnen, dass Ihr Gehör
möglichst lange jung bleibt!

Gehör schützen!

Denn gut hören heisst dazugehören.

Möchten Sie mehr wissen?

«Lärm am Arbeitsplatz».

Checkliste, 4 Seiten. Bestell-Nr. 67009.d.

«Verzeichnis der allgemeinen Lärmtabellen».

2 Seiten. Bestell-Nr. 86005.d.

«Merkblatt Gehörschutzmittel».

4 Seiten. Bestell-Nr. 86610.d.

«Napo – Schluss mit Lärm!».

Film, 8 Minuten. Bestell-Nr. DVD 355.d/f/i/e.

«Gehör in Gefahr – Schutz vor Lärm am Arbeitsplatz».

Film, 10 Minuten. Bestell-Nr. DVD 309.d/f/i.

«Musik und Hörschäden».

Informationsschrift, 20 Seiten. Bestell-Nr. 84001.d.

CD «Audio Demo 3».

99 Hördemonstrationen, 73 Minuten.

Bestell-Nr. 99051.d.



Unterrichtspaket «Wie bitte?».

www.suva.ch/wie-bitte

Suva

Gesundheitsschutz
Postfach, 6002 Luzern

Auskünfte

Tel. 041 419 58 51

Bestellungen

www.suva.ch/waswo
Fax 041 419 59 17
Tel. 041 419 58 51

Wie bitte? Fragen und Antworten zum Thema Lärm.

Bereich Physik

Abdruck – ausser für kommerzielle Nutzung – mit Quellenangabe gestattet.

1. Auflage – Januar 1998

Überarbeitung – August 2010

5. Auflage – Juli 2011 – 74000 bis 78000 Exemplare

Bestellnummer

84015.d