

## Zróbmy sobie ciszej - wyniki pomiaru hałasu w centrach polskich miast

24.04.2013 | 20:00 | 3M Poland

**25 kwietnia br. w Międzynarodowym Dniu Świadomości Zagrożenia Hałasem rusza akcja edukacyjna firmy 3M „Zróbmy sobie ciszej”, której celem jest budowanie świadomości Polaków nt. ochrony słuchu i zagrożeń związanych z hałasem. Patronem akcji jest Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu.**

Otoczający nas na co dzień hałas to skutek rozwoju urbanizacji, komunikacji i lokowania zakładów przemysłowych w sąsiedztwie miast i osiedli. Niestety coraz częściej przebywamy w hałasie, który wytwarzamy sami, niejako „na własne życzenie”. Głośna praca motocyklowego silnika, czy tuningowanych samochodów. Coraz głośniejsze rozmowy w środkach transportu miejskiego oraz muzyka w klubach, przekrzykiwanie się na szkolnych korytarzach, wszechobecny dźwięk telefonów. Wszystko to sprawia, że żyjemy w wyjątkowo głośnych czasach, a niewielu z nas wie, jak szkodliwy wpływ ma hałas na nasze samopoczucie i zdrowie.

Aby zwiększyć świadomość nt. zagrożeń jakie niesie ze sobą życie w hałasie firma 3M w Polsce postanowiła przeprowadzić akcję edukacyjną „Zróbmy sobie ciszej” w ramach której będzie przypominać Polakom jak ważna jest ochrona słuchu.

*- Wszechobecny hałas zagraża nie tylko osobom, które zawodowo są narażone na przebywanie w głośnym środowisku, ale także nam samym i naszym rodzinom. Hałas to nie tylko koszt rozwoju cywilizacyjnego, lecz także wynik poziomu kultury i stopnia społecznej świadomości. Dlatego warto znać konsekwencje generowania hałasu oraz obcowania z wysokimi decybelami i zrobić sobie ciszej – mówi Marta Kapała z firmy 3M, organizatora akcji „Zróbmy sobie ciszej” .*

Kontakt z hałasem mają przede wszystkim mieszkańcy większych miast, dlatego w ramach akcji „Zróbmy sobie ciszej” wykonano pomiary hałasu komunikacyjnego w 5 miastach: Warszawie, Wrocławiu, Katowicach, Gdańsku i Białymstoku. Poziom dźwięku mierzono w godzinach szczytu, przez 60 minut w centrach miast, przy elewacjach budynków mieszkalnych. Najwyższe średnie wartości uzyskano we Wrocławiu, 72,1 dBA, gdzie punkt pomiarowy ulokowano przy ul. Piotra Skargi, najciszej zaś okazało się w Białymstoku, 64,9 dBA przy ulicy Pałacowej. Zaraz za Wrocławiem najgłośniejsze było w Gdańsku przy ul. Grunwaldzkiej, tam poziom hałasu wyniósł 71,3 dBA. W Alejach Jerozolimskich w Warszawie średni poziom hałasu w porze dnia to aż 68,1 dBA, a w Alei Korfantego w Katowicach - 66,5 dBA.

Przyrównując uzyskane wyniki pomiarów do przyjętej przez Państwowy Zakład Higieny w Warszawie skali uciążliwości hałasu komunikacyjnego od bardzo dużej do małej, można stwierdzić, że w wybranych do akcji miastach jest duże i bardzo duże natężenia hałasu. W Warszawie, Katowicach i Białymstoku natężenie dźwięków przekroczyło 63 dBA. We

Wrocławiu i w Gdańsku zanotowano zaś ponad 70 dBA.

*- Okazuje się, że przy takim natężeniu hałasu komunikacyjnego, nawet przebywając w domu jesteśmy na niego narażeni. Standardowe okna posiadają współczynnik izolacyjności akustycznej  $R_w$  ok. 30 dB, zatem można założyć, że poziom hałasu w pomieszczeniach, nawet przy zamkniętych oknach, będzie mieścił się w granicach od ok. 35 dBA do ok 42 dBA. A ten dopuszczalny poziom wynosi 35 dBA w ciągu dnia oraz 25 dBA w nocy. W badanych przez nas miastach jest zatem głośno nie tylko na ulicach, ale również i w domach – komentuje Jacek Szulczyk z Pracowni Akustyczno – Środowiskowej Eko – Pomiar.*

Specjaliści z Instytutu Fizjologii i Patologii Słuchu alarmują, że już co trzeci Polak ma problemy z komunikacją – wrodzone lub nabyte zaburzenia słuchu. Co więcej problem dotyczy również najmłodszych, ostatnie badania wykazały, że co piąty 7-8-latek ma problemy ze słuchem, a aż 15 proc. dzieci ma szумы uszne, spowodowane przebywaniem w zbyt głośnym środowisku i słuchaniem muzyki przez słuchawki.

Powszechnie dostrzega się negatywny wpływ hałasu na narząd słuchu, ale często zapomina, że uszkodzenia słuchu to nie jedyny efekt, gdyż duże dawki hałasu powodują szereg innych konsekwencji zdrowotnych. Duże dawki hałasu mają wpływ na cały układ wegetatywny i psychosomatyczny. Osoby narażone na nadmierny hałas mogą cierpieć na dolegliwości naczyniowo-sercowe i żołądkowe, napięcia nerwowe czy bóle głowy.

*- Aby chronić swój słuch należy unikać m.in. bardzo głośnej muzyki, wybuchów i hałasu środowiskowego, do którego się adoptujemy. Osobnym problemem jest młodzież słuchająca bardzo głośnej muzyki przez słuchawki. Badania potwierdziły trwałe uszkodzenia słuchu w granicach 20 - 30 dB HL zwłaszcza w zakresie wysokich częstotliwości akustycznych. Zjawiska uszkodzeń słuchu u młodzieży korzystającej z przenośnych odtwarzaczy i u niektórych grup zawodowych słuchających głośnej muzyki były prowadzone m.in. w naszym Instytucie. Do tego dochodzą niewyleczone do końca infekcje górnych dróg oddechowych. Po nich powstają często zmiany wysiękowe i zarostowe, a następnie pogorszenie słuchu. Właściwe leczenie pozwala na przywrócenie dobrego słuchu. Potwierdzeniem pohałasowych uszkodzeń słuchu są początkowo przemijające, a następnie stałe szумы uszne – mówi prof. Henryk Skarżyński Dyrektor Instytutu Fizjologii i Patologii Słuchu.*

Zdaniem specjalistów zaburzenia słyszenia i komunikacji to już choroba cywilizacyjna. Aby ustrzec się przed jej negatywnymi skutkami warto zrobić sobie ciszej.

**Więcej informacji nt. akcji „Zróbmy sobie ciszej!” na:  
[www.facebook.com/zrobmysobieciszej](http://www.facebook.com/zrobmysobieciszej)**

media.netpr.pl - informacja prasowa - Zróbmy sobie ciszej - wyniki pomiaru hałasu w centrach pol... - Windows Internet Explorer

http://media.netpr.pl/generuj/release/240183/zrobmy-sobie-ciszej-wyniki-pomiaru-halasu-w-centrach-polskich-miast

Plik Edycja Widok Ulubione Narzędzia Pomoc

Ulubione Sugerowane witryny Bezplatna usługa pocztowa... Get more Add-ons

600 Monitoring Internetu - Ou... media.netpr.pl - Informac... x

Znajdź: SKAR Poprzednie Następne Opcje

**DLA FIRM I KOMUNIKATORÓW**

**net PR** informacje i materiały dla dziennikarzy i mediów

Europa Polska Czechy Słowacja

branżowe lokalne wideo zdjęcia PL EN

ekonomia i biznes budownictwo i nieruchomości technologie towary i usługi media i marketing kultura, sztuka i rozrywka nauka i edukacja sprawy społeczne styl życia turystyka i wypoczynek

**LOGOWANIE**

zapamiętaj mnie [przypomnij hasło](#)

**Dla dziennikarzy, autorów i wydawców mediów**

- aktualne informacje i materiały prasowe z ponad 400 renomowanych firm i instytucji
- nieodpłatna licencja umożliwiająca wykorzystanie treści przez zarejestrowanych i akredytowanych dziennikarzy, wydawców i autorów blogów

Nie masz konta? [Zarejestruj się!](#)  
Zainteresowanych automatycznym pobieraniem treści prosimy o [kontakt](#).

bursa prasowe | informacje i materiały prasowe

## Zróbmy sobie ciszej - wyniki pomiaru hałasu w centrach polskich miast

24.04.2013 | 20:00 | 3M Poland

25 kwietnia br. w Międzynarodowym Dniu Świadomości Zagrożenia Hałasem rusza akcja edukacyjna firmy 3M „Zróbmy sobie ciszej”, której celem jest budowanie świadomości Polaków nt. ochrony słuchu i zagrożeń związanych z hałasem. Patronem akcji jest Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu.

Otaczający nas na co dzień hałas to skutek rozwoju urbanizacji, komunikacji i lokowania zakładów

Odwiedzając tę stronę, wyrażasz zgodę na używanie plików „cookies” zgodnie z ustawieniami Twojej przeglądarki. Jeśli nie chcesz, aby pliki „cookies” były zapisywane w pamięć Twojego urządzenia, możesz to zmienić za pomocą [ustawień](#) przeglądarki. [Rozumiem, zamknij to okno](#)

Aby dowiedzieć się więcej zapoznaj się z naszą [Polityką Ochrony Prywatności](#).

Start Skrzynka odbiorcza - Mic... media.netpr.pl - infor... Player - Windows Intern... Dokument1 - Microsoft... lp - Paint

Internet 100% 09:25