

Tag gegen Lärm am 24. April 2019

Unter dem Motto „Alles laut oder was?“ startet die Deutsche Gesellschaft für Akustik e.V. zum 22. Mal eine Sensibilisierung im Umgang mit Lärm und dessen Folgen



Laute Geräusche begleiten immer häufiger unseren Alltag. Egal, ob bei der Arbeit durch laute Maschinen oder durch Autos auf der Straße. Werden diese Geräusche als beeinträchtigend oder störend empfunden, werden sie als Lärm bezeichnet. Auf Dauer kann uns dies krank machen.

Laut einer Umfrage des Umwelt Bundesamtes (2016) fühlen sich 76 Prozent der Befragten in ihrem Wohnumfeld durch Straßenverkehr gestört oder belästigt.

An nächster Stelle steht die Lärmbelastigungen durch den Luftverkehr: Der dadurch verursachte Lärm stört 44 Prozent der Bevölkerung. Rund 38 Prozent der Bevölkerung fühlen sich durch Schienenverkehr beeinträchtigt. Die Befragten gaben an, dass auch Geräusche der Nachbarn als störend empfunden werden. So nahmen etwa 60 Prozent der Bürgerinnen und Bürger dies als Belastung wahr.

Wird unser Gehör einem kurzfristigen lauten Geräusch ausgesetzt, kann ein akuter Hörschaden, wie beispielsweise Tinnitus, die Folge sein. Andauernder Lärm ab circa 80 Dezibel kann zu einem langfristigen Hörschaden führen.

Neben den physischen Auswirkungen führt Lärm zu einer Stressreaktion des Körpers. Puls und Blutdruck steigen bei einer solchen typischerweise an. Wer also dauerhaft einem gewissen Lärmpegel ausgesetzt ist, läuft Gefahr an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung zu erkranken.

Auch nächtlicher Lärm beeinträchtigt unseren Organismus. Da Menschen nachts sensibler auf Geräusche reagieren, werden mehr Laute als störend wahrgenommen als tagsüber.

Um auf die Problematik des Lärms aufmerksam zu machen, veranstaltet die Deutsche Gesellschaft für Akustik (DEGA e.V.) den „Tag gegen Lärm“.

Ziel dieses Aktionstages ist es, auf Ursachen und Wirkung von Lärm aufmerksam zu

machen und somit die Lebensqualität nachhaltig zu verbessern.

Um dies eindrücklicher zu gestalten, ruft die DEGA dazu auf, an diesem Tag um 14.15 Uhr eine kurze Pause einzulegen und sich 15 Sekunden Ruhe zu gönnen.

Um zukünftige Hörschäden und die damit verbundenen Folgewirkungen zu vermeiden, empfiehlt die DEGA sowie das Gesundheitsamt Rottweil bei entsprechenden Tätigkeiten einen Gehörschutz aufzusetzen, sowie die Überprüfung der Radio- und Fernsehgeräte auf ihre Lautstärkeeinstellungen. Vor allem bei Neubauten ist es sinnvoll, den Schallschutz mit in die Planung einfließen zu lassen. Empfohlen werden außerdem regelmäßige Kontrollen des Gehörs bei einem Facharzt sowie die Vermeidung von Kinderspielzeug, dass sehr laute Geräusche erzeugt (Schreckschusspistole etc.).

Auch laute Musik auf Konzerten oder in der Disco kann das Gehör schädigen. Hier ist es ebenso wichtig, einen Gehörschutz zu tragen, um Folgeschäden durch laute Musik zu vermeiden.

Grundsätzlich gilt: Es sollte nie mehr Lärm erzeugt werden als nötig, um sich und vor allem seine Mitmenschen keinem unnötigen Lärm auszusetzen.

<http://www.tag-gegen-laerm.de/>

<https://www.apotheken-umschau.de/Laerm>

<https://www.umweltbundesamt.de/themen/verkehr-laerm/laermwirkung/laermbelaestigung>

