

HLUK A JEHO ZDRAVOTNÉ DÔSLEDKY

Hluk je každý nežiaduci, neprijemný, rušivý alebo škodlivý zvuk. Z hľadiska rizikovosti je najčastejšie vyskytujúcim sa faktorom pracovného prostredia.

Faktory ovplyvňujúce účinky hluku

- doba pôsobenia – čím dlhšie je človek vystavený pôsobeniu hluku, tým vyššie je riziko poškodenia sluchu,
- hladina zvuku (hlasitosť) – čím hlasnejší je zdroj zvuku, tým väčšie je riziko poškodenia sluchu,
- typ hluku – hluk môže byť konštantný, premenný a impulzný. Najnebezpečnejší je impulzný (napr. výbuch, vystrel, tresk), kde môže nastať poškodenie bubienka,
- citlivosť organizmu – rozsah účinkov hluku na organizmus závisí do značnej miery od individuálnej vnímavosti jedinca. Vyrovnaný a uvoľnený človek reaguje na hluk inak ako stresovaný, nervózny a unavený,
- už existujúce poškodenie – pokiaľ už má človek sluchové obmedzenie, vníma riziká omnoho menej, dokonca už ani nemusí zaznamenať ďalšie poškodenia,

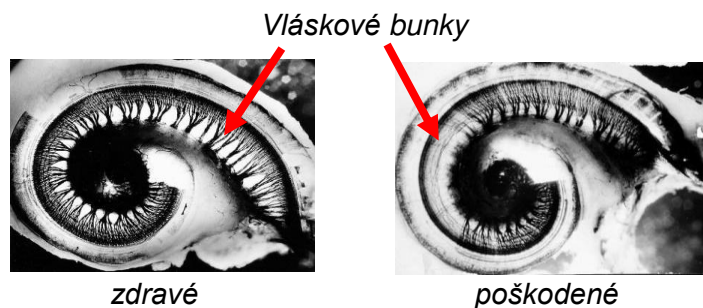
Zdravotné dôsledky vystavenia hluku

Dočasná strata sluchu

Prejavuje sa pri krátkej expozícii v hlučnom prostredí zaľahnutím, resp. pískaním v ušiach (ohlušenie). Čím dlhšie je človek vystavený hluku, tým dlhšie trvá vrátenie do "normálneho" stavu. Môže to trvať niekoľko hodín až dní.

Trvalé poškodenie sluchu

Ak je človek vystavený nadmernému hluku dlhodobo, dochádza k poškodeniu vláskových buniek citlivých na zvuk v slimáku ucha (viď obrázok), sluch sa už nedokáže zotaviť – strata sluchu sa stáva trvalou. Trvalé poškodenie sluchu okrem dlhodobého pôsobenia hluku môže nastať i v prípadoch s krátkou expozíciou veľmi hlasného zvuku (akutrauma).



Ostatné účinky

Okrem straty sluchu, môže vystavenie hluku na pracovisku spôsobiť celý rad ďalších zdravotných problémov. Znižuje sa koordinácia a koncentrácia, ktorá zvyšuje riziko nehôd (úrazov). Zvyšuje sa nervozita a stres, čo môže viesť k rade zdravotných problémov, vrátane kardiovaskulárnych, žalúdočných (žalúdočné vredy) a nervových porúch (problémy so spánkom a únava).

Príznaky straty sluchu

- pískanie alebo iný nezvyčajný zvuk v ušiach,
- neschopnosť rozoznať tóny nízkej, resp. vysokej frekvencie,
- narušenie schopnosti vnímať reč v bežných životných podmienkach,
- tlmenie zvukov.