

Afleiðingar hávaða á vinnustað

Hávaðaálag við vinnu getur skaðað heilsu starfsmanna. Þekktasta afleiðing hávaðaálags við vinnu er heyrnartjón, vandamál sem fyrst var tekið eftir hjá koparsmiðum árið 1731. En hávaði getur einnig valdið streitu og aukinni hættu á slysum. Hér á eftir verður lýst afleiðingum hávaða á vinnustað.

Heyrnartap

Heyrnartap getur stafað af hindrun á leið hljóðsins að innra eyra eða vegna skemmda á hárfurum í kuðungi innra eyrans. Í einstaka tilfellum getur heyrnartap einnig orðið vegna truflunar á heyrnarstarfsemi heilans (þegar heyrnarstöðvar heilans hafa orðið fyrir skaða).

Heyrnartjón af völdum hávaða

Heyrnartjón af völdum hávaða er algengasti atvinnusjúkdómurinn í Evrópu. U.þ.b. þriðjungur allra tilkynninga sem berast um atvinnusjúkdóma er vegna heyrnartjóns, sem er algengara en t.d. húðsjúkdómar og öndunarfarasjúkdómar¹.

Heyrnartjón af völdum hávaða stafar yfirleitt af langvarandi veru í miklum hávaða. Fyrstu einkennin eru venjulega skert hæfni til að greina háa tóna. Ef ekki eru gerðar ráðstafanir til að draga úr hávaðanum skaðast heyrnin enn frekar og hæfnin til að greina hljóð á lægri tíðni skerðist smám saman. Oftast skaðast heyrnin á báðum eyrum. Heyrnartjón af völdum hávaða er varanlegt.

Heyrnartjón getur einnig orðið hjá þeim sem ekki hafa búið við langvarandi hávaðaálag. Skammvinnt álag vegna högghljóða (jafnvel einstakt tilfelli), svo sem skot úr riffli eða naglabyssu, getur valdið varanlegum heyrnarskaða, bæði tapaðri heyrn og eyrnasuði/tinnitus. Mikil högghljóð geta einnig rífið hljóðhimnuna í eyranu sem er sársaukafullt en þó læknanlegt.

Eyrnasuð / Tinnitus

Eyrnasuð lýsir sér þannig að viðkomandi heyrir tón, suð, nið eða slátt í eyranu. Mikið hávaðaálag eykur hættuna á að fá eyrnasuð. Högghljóð (t.d. frá sprengingum) auka verulega líkurnar á eyrnasuði. Eyrnasuð getur verið fyrsta merki þess að heyrnin hefur skaðast vegna hávaða.

Hávaði og efnasambönd

Sum hættuleg efnasambönd eru það sem kallað er "ototoxic" þ.e.a.s. eitruð fyrir eyrun eða eyrnaeitur.

¹ Birt í skýrslunni "Data to describe the link between OSH and employability" frá Evrópsku vinnuverndarstofnuninni, 2002, ISBN 92-95007-66-2.

Hættan á heyrnartjóni er meiri fyrir þá sem vinna með slík efni í miklum hávaða en þá sem vinna eingöngu í miklum hávaða eða eingöngu með þessi sömu efni. Þessara áhrifa hefur sérstaklega orðið vart í tenglum við hávaða og ýmis lífræn leysiefni svo sem toluen, styren og karbondísúlfíð. Lífræn leysiefni af þessum toga eru einkum notuð á hávaðasömum vinnustöðum eins og plastiðnaði, prentiðnaði, málningar- og lakkframleiðslu.

Hávaði og þungaðar konur

Mikill hávaði í vinnuumhverfi þungaðrar konu getur haft áhrif á fóstrið. Viðvarandi dvöl í miklum hávaða getur valdið hækkuðum blóðþrýstingi og þreytu. Rannsóknir hafa sýnt að langvarandi mikið hávaðaálag á fóstur getur haft áhrif á heyrnina síðar. Hávaði með lágrí tíðni er líklegur til að valda slíkum skaða².



© »Hávaði« eftir Aneta Setlakova. Með góðfúslegu leyfi pólska vinnueftirlitsins. Veggspjald úr samkeppni á vegum National Research Institute í Póllandi.

² Leiðbeiningarreglur, sem Vinnueftirlit ríkisins gefur út um mat á efnaræðilegum, eðlis-fræðilegum og líffræðilegum skaðvöldum og vinnsluaðferðum sem talið er að hafi hættu í för með sér fyrir þungaðar konur, konur sem nýlega hafa alið barn og konur sem hafa barn á brjósti.

Atvinnurekendur skulu meta eðli, umfang og tíma hávaðaálags hjá þunguðum starfsmönnum³. Þar sem öryggi og heilbrigði þungaðs starfsmanns er hættu búin eða hættu steðjar að fóstrinu, skal vinnuveitandi gera nauðsynlegar ráðstafanir með því að breyta tímabundið vinnuskilyrðum og/eða vinnutíma konunnar til að forðast hávaðaálag. Það þarf að vera ljóst að þó móðirin noti heyrnarhlífar þá veitir það ekki ófæddu barninu vernd.

Aukin hættu á slysum

Reglugerð um hávaða á vinnustöðum⁴ gerir kröfu um að tekið sé tillit til samhengisins á milli hávaða og slysa. Þar er krafa um að sá þáttur sé sérstaklega skoðaður í áhættumati.

Hávaði getur valdið slysum með því að:

- Torvelða starfsmönnum að heyra og skilja viðvörðunarljóð og það sem sagt er við þá.
- Yfirgnæfa hljóð frá aðvífandi hættu eða viðvörðunarljóð (t.d. hljóðmerki frá farartæki sem bakkar).
- Trufla starfsmenn, t.d. bílstjóra.
- Valda vinnutengdri streitu sem eykur andlegt álag og þar með hættu á mistökum.

Truflun á samræðum

Skilvirk samskipti eru nauðsynleg á vinnustöðum, hvort sem um er að ræða verksmiðjur, byggingavinnustaði, símsvörun eða skóla. Skilningur á töluðu máli⁵ krefst þess að við eyra sé það a.m.k. 10 dB hærra en annað umhverfisljóð.

Umhverfisljóð virkar oft truflandi við samræður, sérstaklega ef:

- Það er oft hávaði í umhverfinu.
- Sá sem hlustar hefur þegar hlotið væga heyrnarskerðingu.
- Ekki er talað á móðurmáli þess sem hlustar.
- Hlustandinn býr við slæma heilsu, líkamlega eða andlega, þreytu eða aukið vinnuálag.

Áhrif þessara þátta á öryggi og heilbrigði eru háð vinnuumhverfinu, t.d.:

- Umhverfisljóð kunna að þröngva kennara til að hækka raustina sem leiðir til raddvandamála.
- Munnlegar leiðbeiningar kunna að misfarast vegna umhverfshávaða t.d. hjá öikumönnum eða hjá stjórnendum vinnuvéla sem getur síðan leitt af sér slys.

Streita

³ Reglugerð nr. 931/2000 um ráðstafanir til þess að auka öryggi og heilbrigði á vinnustöðum fyrir konur sem eru þungaðar, hafa nýlega alið barn eða hafa barn á brjósti.

⁴ Reglugerð nr. xxx/2005 um hávaða á vinnustöðum.

⁵ Hlustandi greini 90% atkvæða og skilji 97% setninga.

Vinnutengd streita skapast hjá starfsmanni þegar kröfurnar í vinnuumhverfinu fara fram úr getu hans til að standa undir þeim⁶. Vinnutengd streita verður vegna margra samverkandi þátta (streituvalda). Það er sjaldnast þannig að eitt tiltekið atriði leiði til vinnutengdrar streitu.

Vinnuumhverfið getur verið uppspretta vinnutengdrar streitu hjá starfsmönnum. Hávaði á vinnustað getur valdið streitu, jafnvel þó hann sé innan þeirra marka að hann krefjist aðgerða til að verjast heyrnartjóni (t.d. tíðar hringingar í síma eða stöðugur niður í loftræstikerfi). Streituáhrif hávaðans koma þó venjulegast fram í samhengi við aðra þætti.

Áhrif hávaða á streitu hjá starfsmönnum veltur á flókinni blöndu ýmissa þátta, svo sem:

- Eðli hávaðans, þ.m.t. styrk, tónhæð og hvort hávaðinn er fyrirséður.
- Umfangi verksins sem starfsmaðurinn ynnir af hendi, t.d. geta samræður annarra verið streituvaldandi þegar verkið krefst einbeitingar.
- Atvinnugrein starfsmannsins (t.d. geta tónlistarmenn fundið fyrir vinnutengdri streitu vegna ótta um heyrnarmissi).
- Starfsmanninum sjálfum. Hávaði sem í sumum tilfellum getur valdið streitu, sérstaklega þegar viðkomandi er þreyttur, getur á öðrum tímum verið meinlaus.

Löggjöf

Vinnuverndarlögin:

- Lög um aðbúnað, hollustuhætti og öryggi á vinnustöðum nr. 46/1980

Reglur og reglugerðir:

- Reglugerð um hávaða á vinnustöðum
- Reglur um hávaðamengun í umhverfinu af völdum tækjabúnaðar til notkunar utanhúss
- Reglur um gerð persónuhlífa
- Reglur um notkun persónuhlífa
- Reglugerð um ráðstafanir til þess að auka öryggi og heilbrigði á vinnustöðum fyrir konur sem eru þungaðar, hafa nýlega alið barn eða hafa barn á brjósti (leiðbeiningar fylgja)
- Reglur um öryggis- og heilbrigðismerki á vinnustöðum,

Hvar er að finna frekari upplýsingar?

Þetta upplýsingaskjal er gefið út í tilefni evrópsku vinnuverndarviku 2005.

Önnur upplýsingaskjöl ásamt öðrum upplýsingum á íslensku þ.m.t. lög og reglur er að finna hjá Vinnueftirlitinu – www.vinnueftirlit.is

⁶ Evrópska vinnuverndarstofnunin, Research on work-related stress, 2000.