

HAŁAS



Dbaj o własne zdrowie!

Czym jest hałas?

Hałas to uporczywe dźwięki o nadmiernym natężeniu. Dla osób przebywających w ich zasięgu odbierane co najmniej jako uciążliwe, a w wielu przypadkach również szkodliwe. Hałas może bowiem uszkadzać słuch lub go upośledzać w sposób nieodwracalny.



Jeszcze do niedawna zwykłe, codzienne natężenie dźwięków otoczenia nie było na tyle wysokie by sprawiać problemy. Jednak problem ten rośnie wraz z rozwojem cywilizacji. Coraz trudniej znaleźć miejsce gdzie ilość bodźców dźwiękowych jest niska, styl życia współczesnego społeczeństwa zmusza coraz większą ilość ludzi do codziennego, niemal całodobowego mierzenia się z tym problemem. Nawet miejsca stosunkowo spokojne, będące do niedawna wolne od tego zjawiska pod wpływem rozwoju miast, transportu, nowych technologii, a nawet turystyki robią się coraz głośniejsze. Hałas w mniejszym lub większym natężeniu towarzyszy nam od rana - w sypialni domu w pobliżu ruchliwej ulicy, torów kolejowych czy lotniska. Rozwój technologii sprawia, że codziennie nawet przez kilka godzin mamy styczność z głośnymi urządzeniami, coraz więcej rozmawiamy przez telefon, słuchamy muzyki - często przez słuchawki by nie przeszkadzać innym.



Hałas szkodzi zdrowiu. Pamiętaj o tym, słuchając muzyki.

Widmo akustyczne

Co to takiego?

Szkodliwość hałasu zależy nie tylko od jego natężenia i długotrwałości, ale również od widma akustycznego. Widmem akustycznym nazywamy rozkład natężenia składowych dźwięku, czyli jego tonów o określonej częstotliwości i amplitudzie. Jeśli widmo akustyczne jest zbyt niskie lub zbyt wysokie, hałas staje się dodatkowo szkodliwy, nawet przy mniejszych natężeniach.

Skutki nadmiernej ekspozycji na hałas o dużym natężeniu dzieli się na dwie grupy.

Pierwsza to uszkodzenia struktur anatomicznych narządu słuchu. Prowadzi do nich zwykle jednorazowy wpływ hałasu o bardzo silnym natężeniu, np. powyżej 120 dB.

Druga grupa to upośledzenia sprawności narządu słuchu, które mogą być odwracalne lub nie. Są one skutkiem długotrwałej ekspozycji na hałas, nawet ten o niższym natężeniu.





PRZYKŁADY HAŁASU Z RODZAJEM NATĘŻENIA:

- 10 dB – szelest powiewających na wietrze liści
- 30 dB – tykanie zegara
- 70 dB – hałas odbierany w będących w ruchu samochodzie
- 80 dB – trąbienie
- 100 dB – młot pneumatyczny
- 160 dB – wybuch petardy
- 190 dB – start statku kosmicznego



Szanujmy siebie i swoich nauczycieli!
Oni mają lekcje nie tylko z naszą klasą!

Pamiętajmy o zwierzętach. Zwierzęta mają słuch doskonalszy od naszego i bardzo boją się hałasu!





Jak dbać o słuch?

- Staraj się mówić, a nie krzyczeć.
- Unikaj hałaśliwych miejsc.
- Nie słuchaj zbyt głośnej muzyki – zwłaszcza w słuchawkach.
- Noś czapkę kiedy jest zimno.
- Dbaj o czystość uszu.
- Odpoczywaj w ciszy.

KONIEC



Dziękuję za uwagę

Igor Słupski kl. 6a