

Støy på arbeidsplassen

Forebygg hørsels- og helseskader



Arbeidstilsynet
Faktaark

Arbeidstakere skal beskyttes mot støy. Det er arbeidsgivers ansvar å kartlegge og dokumentere i hvor stor grad arbeidstakerne utsettes for støy. Nødvendig risikovurdering og forebyggende tiltak mot støy skal gjennomføres.

Støy er ikke det samme som sterk lyd, eller lyd som gir hørselsskade. Svake lyder kan også oppfattes som støy. Støy er definert som uønsket lyd, der uønsket er knyttet til den subjektive opplevelsen.

Lyd derimot er et fysisk begrep som man kan måle og beregne, og intensiteten – «styrken» – måles i decibel (dB). Decibelskalaen er logaritmisk, det vil si at hver gang lyd-effekten fordobles, økes decibelnivået med 3 dB. En alminnelig samtale ligger på omkring 65 dB, mens rop når opp i ca. 80 dB. Forskjellen er bare 15 dB, men lydtrykket ved ropet er 30 ganger mer intenst. Ettersom det menneskelige øret reagerer forskjellig på ulike lydfrekvenser, måles lydstyrke eller lydintensitet normalt etter dB(A)-skalaen som er tilpasset ørets følsomhet.

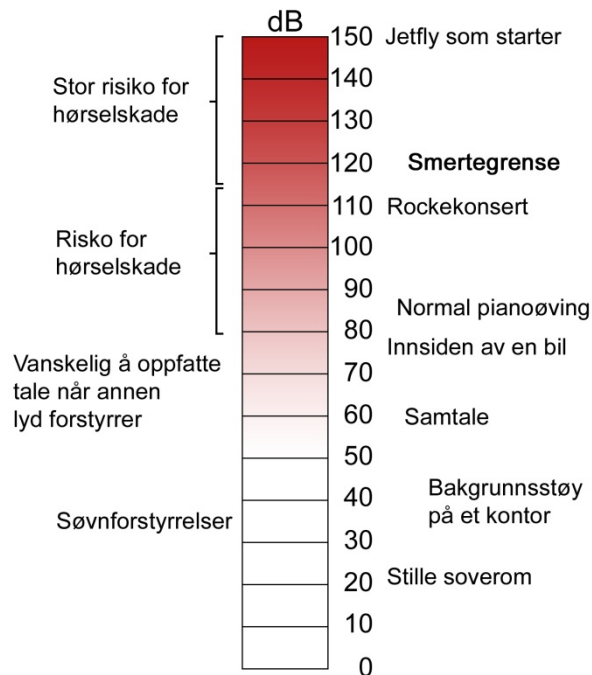
Hørselsskadelig og helseskadelig støy

Hørselsskadelig støy snakker man om først når man har en gjennomsnittlig støybelastning på 80–85 dB i løpet av en åtte timers arbeidsdag, eller dersom man utsettes for impulsstøy på rundt 130 dB. Tapt hørsel pga. støybelastning kommer aldri tilbake.

Helseskadelig støy derimot kommer an på hvordan enkelt-individet lar seg påvirke. Det er når støyen blir en stressfaktor man vil kunne oppleve stressrelaterte helseeffekter, som for eksempel stigning i blodtrykk og puls.

Lyder og støy er blitt stadig mer fremtredende i samfunnet. Økende bil-, fly- og jernbanetraffikk medfører at stadig flere plages av trafikkstøy. Også private aktiviteter som for eksempel bruk av musikkanlegg og fritidsutstyr bidrar til lydbelastning.

Støy er en risiko på mange arbeidsplasser. Tradisjonelt tenker man på byggeplasser og industri, men også andre bransjer som for eksempel på skoler og i barnehager kan støy være et problem. Uansett hvilken arbeidsplass det dreier seg om, er



Figuren viser decibelskalaen med grenser for risiko for hørselsskader.

det tre viktige tiltak som må gjennomføres for å beskytte arbeidstakernes helse:

- foreta risikovurdering
- på grunnlag av risikovurdering sette i verk tiltak for å forebygge eller fjerne støyen
- utføre regelmessig overvåking og oppfølging av de tiltak som er satt i gang

Risikovurdering

Forskrift om utførelse av arbeid § 14-1 pålegger arbeidsgiver å kartlegge og dokumentere i hvilken utstrekning arbeidstakerne utsettes for støy og vurdere enhver risiko for deres helse og sikkerhet forbundet med støy.

Risikovurderingen må tilpasses den enkelte virksomhets behov og forutsetninger. Uten en klar målsetning blir ofte analysen lite fokusert og gir ikke svarene man trenger. Dersom virksomheten har bedriftshelsetjeneste, skal de bistå virksomheten i dette arbeidet.

Følgende opplysninger har betydning for risikovurderingen:

- bygningsmessige forhold av betydning for lydbildet, skisse av lokalet (evt. med maskiner)
- resultater fra helseundersøkelser og hørselskontroll (audiometri)
- valg og beskrivelse av målepunkt/målested*, verktøy, utstyr, materiale, type støy
- leverandørens informasjon om arbeidsutstyr og maskiner
- alternativt arbeidsutstyr som gir lavere støyeksposering
- vurdere evt. forstyrrelser av kommunikasjon og varselsignaler
- iverksatte støyreducerende tiltak, hørselsvern (type, demping)
- varighet på arbeidsoperasjonen og evt. tidsavgrenset oppdrag
- andre påvirkninger i arbeidsmiljøet, kjemiske stoffer (ototoksiske), vibrasjoner
- tilgjengelighet av hørselsvern med tilstrekkelig demping

* Vurderinger og målinger skal utføres i et omfang som gjør det mulig å fastslå arbeidstakernes støbelastning i forhold til de nedre tiltaksverdiene, jf. kap. 2 i forskrift om tiltaks- og grenseverdier.

Arbeidstakerne skal i etterkant informeres om støyrelaterte risikoer slik at de får innsikt i problemene og blir i stand til å håndtere dem.

Tiltak

På bakgrunn av risikovurderinger skal arbeidsgiver iverksette nødvendige tiltak. Støy kan fjernes eller reduseres til lavest mulig nivå ved å gjøre tiltak av organisatorisk og teknisk art:

- fjerne støykilden
- tiltak ved støykilden
- kollektive tiltak med tilrettelegging av arbeidet og organisering av arbeidsplassen
- personlig hørselsvern

Arbeidsgiver skal med jevne mellomrom kontrollere at tiltak som er iverksatt for å forebygge eller fjerne støy, fungerer effektivt.

Personlig verneutstyr

Personlig hørselsvern (ørepropper og øreklokker) kan brukes når andre tiltak er vurdert og det ikke på annen måte er mulig å fjerne eller redusere støyen. Det skal tas hensyn til følgende forhold ved bruk av personlig hørselsvern:

- Det valgte hørselsvernet skal være velegnet i forhold til støyens karakter og varighet.
- Arbeidsgiverens vurdering og valg av personlig hørselsvern skal foretas i samråd med arbeidstakeren, eventuelt verneombud og/eller verne- og helsepersonale.
- Mange arbeidstakere – for eksempel sjåførere, politifolk, piloter og kameraoperatører – har bruk for øreklokker med

kommunikasjon i sitt arbeid, ofte med et aktivt støydemningsssystem, for å sikre tydelig kommunikasjon og minimere risikoen for ulykker.

- Det skal orienteres om hvorfor det er viktig å bruke personlig hørselsvern samt gis informasjon om korrekt bruk, oppbevaring og vedlikehold av utstyret. For øreklokker må ringen som skal tette rundt øret skiftes før den blir stiv og skitten, hvis bøylen mister spennet blir kløkkene lite effektive og hørselsvernet må byttes.

Arbeidsgivers og arbeidstakers plikter

Både arbeidsgiver og arbeidstaker har plikter i forhold til arbeidsmiljøet. Det er arbeidsgiveren som har ansvar for at arbeidsmiljøet er forsvarlig og samsvarer med regelverket. Arbeidsgiver skal sørge for løpende kartlegging av arbeidsmiljøet, vurdering av risikoforholdene og iverksetting av nødvendige tiltak. Arbeidstakerne har en medvirkningsplikt i dette arbeidet. De kan bidra til at faremomenter oppdages og til at det velges gode løsninger.

Lovgivning

Arbeidsmiljøloven har i § 4-4 krav til beskyttelse mot støy. Dette er utdypet i arbeidsmiljøforskriftene:

- *Forskrift om organisering, ledelse og medvirkning* (best.nr. 701) har krav om at arbeidet planlegges og gjennomføres slik at arbeidstakere beskyttes mot støy. Det er her også krav til risikovurdering, opplæring, informasjon, personlig vernutstyr og helseovervåking ved risiko for støyeksposering.
- *Arbeidsplassforskriften* (best.nr. 702) har krav om at arbeidsplassen skal være utformet og innredet slik at de enkelte arbeidsplassene er beskyttet mot støy. Dette gjelder også så langt det er mulig for utendørs arbeidsplasser. Forskriften har også krav om skilting av støysoner. Det finnes også bestemmelser om støy og akustikk i *byggteknisk forskrift* (TEK 10) til Plan- og bygningsloven.
- *Forskrift om utførelse av arbeid* kap. 14 (best.nr. 703) har tilleggskrav til risikovurdering, målinger som grunnlag for risikovurdering, tiltak mot støy, informasjon, opplæring, hørselsvern, helseovervåking med mer.
- *Forskrift om tiltaks- og grenseverdier* (best.nr. 704) har grenseverdier for støyeksposering som ikke skal overskrides og tiltaksverdier som krever tiltak for å redusere helserisikoen og uheldig belastning til et minimum.

Arbeidsmiljøloven og forskrifter er tilgjengelig på Arbeidstilsynets nettsider www.arbeidstilsynet.no. Her finner du også Arbeidstilsynets faktside om støy og helse.