



57
ET

FACTS

Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Agentuur

ISSN 1725-7026

Töömüra mõju

Kokkupuude töömüraga võib kahjustada töötajate tervist. Kõige paremini teatakse, et töömüra kahjustab kuulmist – seda probleemi täheldati vaskseppadel juba 1731. aastal. Kuid see võib ka süvendada stressi ja suurendada õnnetusjuhtumite ohtu. Käesolevas teabelehes kirjeldatakse töökoha müra mõju.

Kuulmiskahjustused

Kuulmiskahjustused võivad tuleneda heli sisekõrva edastamise mehaanilisest blokeerimisest (konduktiivne kuulmiskahjustus) või sisekõrva teo karvarakkude kahjustusest (sensorineuraalne kuulmiskahjustus). Harva võivad kuulmiskahjustust põhjustada ka kuulmistaju keskse töötlemise häired (kui on kahjustatud aju kuulmiskeskused).

Mürast põhjustatud kuulmiskahjustused

Mürast põhjustatud kuulmiskahjustus (NIHL) on Euroopas kõige levinum kutsehaigus, mis moodustab ligikaudu kolmandiku kõigist tööga seotud haigustest; sellele järgnevad nahahaigused ja hingamisteede haigused. (1)

Mürast põhjustatud kuulmiskahjustused tekivad pikaajalisel valju müraga kokkupuutumisel. Esimeseks sümptomiks on tavaliselt kõrgete helide mittekuulmine. Kui ülemäärane müra probleemi ei lahendata, halveneb kuulmine veelgi, sealhulgas hakkab tekkima raskusi ka madalamate helide kuulmisega. Tavaliselt mõjutab see mõlemat kõrva. Müra põhjustatud kuulmiskahjustus on püsiv.

Kuulmiskahjustus võib tekkida ka ilma pikaajalise müraga kokkupuutumiseta. Lühiajaline kokkupuude impulssmüradega (isegi ühe tugeva impulsiga), näiteks püssilaskude või naela- või needipüstolite kuulmine võib avaldada püsivat mõju: kurdiks jäämist või põhjustada pidevat kohinat kõrvus. Impulsid võivad lõhestada ka kõrva trummikile. See on valulik, kuid ravitav kahjustus.

Kõrvakohin

Kõrvakohin (tinnitus) on helin, vile või kõmin kõrvus. Kõrvakohina tekkimise ohtu suurendab ülemäärane kokkupuude müraga. Impulssmüra (nt lõhkamine) võib seda riski oluliselt suurendada. Kõrvakohin võib olla esimene märk sellest, et müra on teie kuulmist kahjustanud.

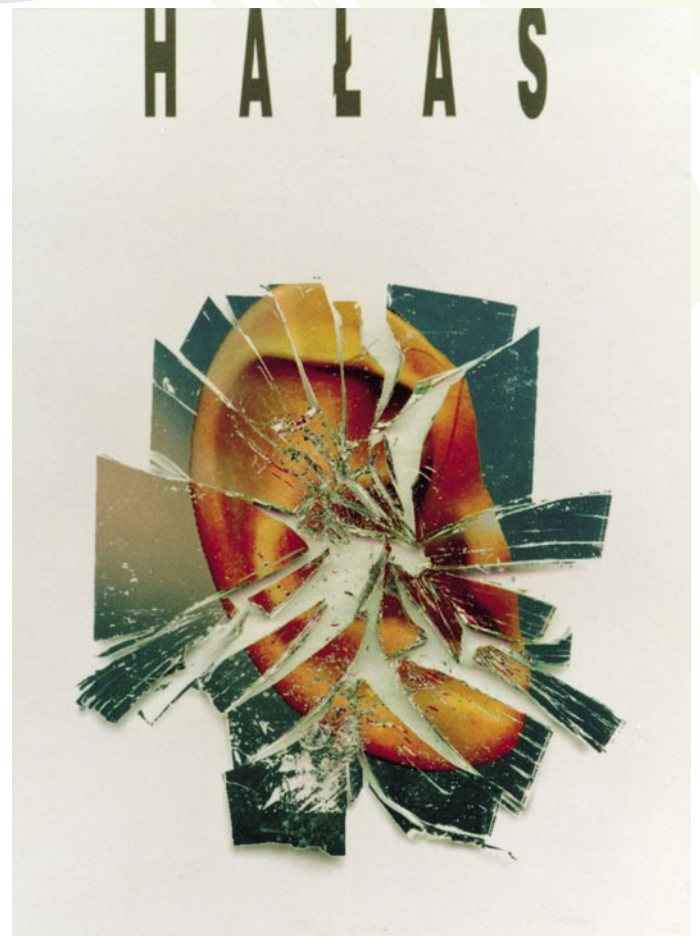
Müra ja kemikaalid

Mõned ohtlikud ained on ototoksilised („kuulmisnärville mürgised“). Teatavate selliste ainete ja valju müraga kokkupuutuvatel töötajatel näib olevat suurem kuulmiskahjustuste tekkimise risk kui ainult müra või nende ainetega eraldi kokkupuutuvatel töötajatel.

Sellist sünergia on täheldatud eelkõige müra ja mõnede orgaaniliste lahustite vahel, sh tolupeen, stüreen ja süsinikdisulfiid. Neid aineid võidakse kasutada sellistes mürarikastes keskkondades nagu plastmassi- ja trükitööstus ning värvide ja lakkide tootmise juures.

Müra ja rasedad töötajad

Rasedate töötajate kokkupuutumine töö kõrge müratasemega võib kahjustada sündimata last. „Pikaajaline kokkupuutumine valju müraga võib tõsta vererõhku ja põhjustada väsimust. Eksperimentaalsed andmed näitavad, et sündimata lapse pikaajaline



© „Müra“, Aneta Sedlakova. Kasutatud Poola Riikliku Uurimisinstituudi töökaitse keskinstituudi tööohutusealase plakatikonkursi loal.

(1) Allikas: Data to describe the link between OSH and employability (Tööohutuse ja -tervishoiu ja tööalase konkurentsivõime seost kirjeldavad andmed), Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Agentuur, 2002, ISBN 92-95007-66-2.

(2) Komisjoni teatis suuniste kohta keemiliste, füüsikaliste ja bioloogiliste mõjurite ja tööstuslike protsesside hindamiseks, mida loetakse rasedate ja hiljuti sünnitanud või rinnaga toitvate töötajate ohutust või tervist ohustavateks (nõukogu direktiiv 92/85/EMÜ).

(3) Nõukogu 19. oktoobri 1992. aasta direktiiv 92/85/EMÜ rasedate, hiljuti sünnitanud ja rinnaga toitvate töötajate töökaitse täiustamist soodustavate meetmete kehtestamise kohta.

kokkupuutumine valju müraga raseduse ajal võib mõjutada hiljem lapse kuulmist ning et kahjulikumad on madalad sagedused⁽²⁾.

Tööandjad on kohustatud hindama rasedate töötajate müraga kokkupuute laadi, määra ja kestust⁽³⁾ ning kui see võib ohtu seada töötaja ohutuse või tervise või mõjutada raseduse kulgu, peab tööandja müraga kokkupuutumise vältimiseks raseda töötingimusi muutma. Tuleb arvestada, et isikukaitsevahendite kasutamine ema puhul ei kaitse sündimata last füüsiliste ohutegurite eest.

Õnnetusjuhtumite ohu suurenemine

Seda müra ja õnnetusjuhtumite vahelist seost tunnistatakse „müradirektiivis“⁽⁴⁾, kus nõutakse selle konkreetset arvessevõtmist mürariskide analüüsis.

Müra võib põhjustada õnnetusjuhtumeid järgmiselt:

- raskendab töötajatel kõne ja märguannete kuulmist ja neist õigesti aru saamist;
- varjab läheneva ohu helisid või hoiatussignaale (nt söidukite tagurdamissignaale);
- hajutab töötajate, nt sõidukijuhtide tähelepanu;
- aitab kaasa tööstressi tekkimisele, mis suurendab tunnetuslikku koormust ja vigade tegemise tõenäosust.

Suulise suhtlemise häirimine

Tõhus suhtlemine töökohal on oluline nii vabrikus, ehitusplatsil, kõnekeskuses kui ka koolis. Heaks suuliseks suhtlemiseks⁽⁵⁾ peab kõne helitase olema kuulaja kõrva juures ümbritsevast müratasemest vähemalt 10 dB võrra kõrgem.

Ümbritsevat müra tajutakse sageli selgelt suulist suhtlemist häiriva tegurina järgmistel juhtudel:

- ümbritsevat müra esineb sageli;
- kuulaja kuulmine on juba veidi nõrgenenud;
- ei räägita kuulaja emakeeles; või
- kuulaja füüsilist või vaimset seisundit mõjutab halb tervis, väsimus või töökoormuse suurenemine kiirustamise tõttu.

Selle mõju tööohutusele ja töötervishoiule sõltub töökeskkonnast. Näiteks:

- ümbritsev müra võib ajendada õpetajaid häält tõstma, mis tekitab hääleprobleeme;

- sõidukijuht või liikuvseadme operaator võib ehitusplatsil taustmüra tõttu suulistest juhistest valesi aru saada, põhjustades õnnetusjuhtumi.

Stress

Tööstress tekib siis, kui töötaja ei ole võimeline keskkonna nõudmistega toime tulema (või neid kontrollima)⁽⁶⁾. Tööstressi põhjustavaid tegureid (stressorid) on palju ja sellel on harva vaid üks põhjustav tegur.

Töötajate stress võib tuleneda füüsilisest töökeskkonnast. Stressoriks võib olla ka töömüra, isegi kui selle taseme tõttu ei ole vaja kuulmiskahjustuste vältimiseks meetmeid võtta (nt telefoni sage helisemine või kliimaseadme pidev undamine), kuigi see mõjub sageli koos muude teguritega.

Müra mõju töötajate stressitasemele sõltub keerulisest tegurite kombinatsioonist, sealhulgas:

- müra laadist, sealhulgas selle valjusest, toonist ja etteaimatavusest;
- töötaja tööülesande keerulisusest: näiteks kui töö nõuab keskendumist, võib teiste jutt stressorina mõjuda;
- töötaja kutsealast (nt muusikud võivad kannatada tööstressi all mure tõttu kuulmiskahjustuse pärast);
- töötajast endast. Teatud asjaoludel, eriti kui töötaja on väsinud, võivad stressi põhjustada muul ajal kahjutud müratasemed.

Õigusaktid

2003. aastal võeti vastu Euroopa Parlamendi ja nõukogu direktiiv 2003/10/EÜ töötervishoiu ja tööohutuse miinimumnõuete kohta seoses töötajate kokkupuutega füüsilikest mõjuritest (müra) tulenevate riskidega. Kõik liikmesriigid peavad võtma selle direktiivi siseriiklikesse õigusaktidesse üle enne 15. veebruari 2006.⁽⁷⁾

Direktiivi artikli 5 lõikes 1 nõutakse, et arvestades tehnika edusamme ja ohtude eos kontrollimise meetmete olemasolu, „kõrvaldatakse müraga kokkupuutest tulenevad ohud eos või minimeeritakse“. Direktiivis kehtestatakse ka uueks müraga igapäevase kokkupuute piirväärtuseks 87 dB(A).

Lisateave

Käesolev teabeleht on välja antud 2005. aasta Euroopa tööohutuse ja töötervishoiu nädala kampaania raames. Täiendavaid teabelehti ja teavet müra kohta võib leida aadressil <http://ew2005.osha.eu.int>. EL tööohutuse ja töötervishoiu alased õigusaktid on veebis aadressil <http://europa.eu.int/eur-lex/>.

(⁴) Euroopa Parlamendi ja nõukogu direktiiv 2003/10/EÜ töötervishoiu ja tööohutuse miinimumnõuete kohta seoses töötajate kokkupuutega füüsilikest mõjuritest (müra) tulenevate riskidega.

(⁵) Kui kuulajani jõuab 90% silpidest ja 97% lausetest.

(⁶) Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Agentuur, Research on work-related stress (Tööstressialased uuringud), 2000.

(⁷) Millega asendatakse direktiiv 86/188/EMÜ.

Euroopa Tööohutuse ja Töötervishoiu Agentuur

Gran Vía, 33, E-48009 Bilbao
Tel (34) 944 79 43 60, faks (34) 944 79 43 83
E-post: information@osha.eu.int

