



57  
LT

# FACTS

Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra

ISSN 1725-7042

## Triukšmo darbe poveikis

Triukšmas darbe gali pakenkti darbuotojo sveikatai. Geriausiai žinomas triukšmo darbe padarinys yra klausos praradimas, problema, kuri buvo pastebėta 1731 m. tarp kalvių. Tačiau triukšmas taip pat gali padidinti stresą ir nelaimingų atsitikimų riziką. Šiame informaciniame lapelyje aprašyti triukšmo darbo vietoje padariniai.

### Klausos pablogėjimas

Klausa gali pablogėti mechaniškai užsikimšus garso patekimo į vidinę ausį kanalui (laidinis klausos sutrikimas) arba pažeidus ausies sraigėje, vidinėje ausies dalyje, esančias plaukuotas juntamąsias klausos ląsteles (neurosensorinis klausos sutrikimas). Retais atvejais klausos pablogėjimą sukelia centrinių garso apdorojimo procesų sutrikimai (kai pažeisti klausos centrai galvos smegenyse).

### Klausos praradimas dėl triukšmo poveikio

Klausos praradimas dėl triukšmo poveikio (KPTP) yra dažniausiai pasitaikanti profesinė liga Europoje, sudaranti beveik trečdalį visų su darbu susijusių ligų ir skaičiumi lenkianti odos ir kvėpavimo takų susirgimus<sup>(1)</sup>.

KPTP dažniausiai sukelia ilgalaikis didelio triukšmo poveikis. Pirmasis simptomas paprastai pasireiškia aukšto tono garsų negirdėjimu. Jeigu didelio triukšmo problema nesprendžiama, klausa toliau prastėja, žmogus nebegirdi ir žemesnio tono garsų. Šis procesas paprastai apima abi ausis. Klausos praradimas dėl triukšmo yra negrįžtamas.

Klausą galima prarasti ir be ilgalaikio triukšmo poveikio. Trumpas smūginių garsų poveikis (net vienintelis stiprus garsas), pavyzdžiui, šautuvo šūvio arba vinių ar kniedžių pistoleto garsas, gali sukelti negrįžtamų pokyčių, tarp jų klausos praradimą ir nuolatinį užimą ausyse. Dėl tokių garsų taip pat gali plyšti ausies būgnelis. Tai skausminga, tačiau išgydoma.

### Tinitas

Tinitas yra spengimo, šnypštimo ar užimo pojūtis ausyse. Stipresnis garso poveikis padidina tinito riziką. Jeigu garsas yra smūginis (pvz., sprogdinantis), rizika gali smarkiai padidėti. Tinitas yra pirmas požymis, kad jūsų klausai pakenkė triukšmas.

### Triukšmas ir chemikalai

Kai kurios pavojingos medžiagos yra ototoksiškos (pažodžiui – „nuodingos ausims“). Darbuotojai, patiriantys ir šių medžiagų, ir didelio triukšmo poveikį, labiau rizikuoja nukentėti nuo klausos sutrikimų, negu tie, kurie patiria tik triukšmo arba tik medžiagų poveikį.

Ypač aiški sąveika pastebėta tarp triukšmo ir kai kurių organinių tirpiklių, įskaitant tolueną, stireną ir anglies disulfidą. Šios medžiagos gali būti naudojamos triukšmingoje aplinkoje tokiuose sektoriuose, kaip antai plastmasės ir spausdinimo pramonė, taip pat dažų ir lakų gamyba.

### Triukšmas ir dirbančios nėščios moterys

Didelio triukšmo darbe poveikis dirbančioms nėščioms moterims gali turėti įtakos nešiojamam kūdikiui. „Ilgalaikis didelio triukšmo poveikis gali būti padidėjęs kraujospūdžio arba nuovargio prie-



© Anetos Sedlakovos „Triukšmas“. Publikuojama gavus Profesinės saugos plakatų konkurso, organizuoto Centrinio darbo saugos instituto – Nacionalinio mokslinių tyrimų instituto Lenkijoje, leidimą

<sup>(1)</sup> Iš Europos saugos ir sveikatos darbe agentūros ataskaitos *Duomenys, apibūdinantis sąryšį tarp DSS ir darbingumo*, 2002, ISBN 92-95007-66-2.

<sup>(2)</sup> Komisijos pranešimas dėl cheminių, fizinių ir biologinių medžiagų bei gamybos procesų, laikomų pavojingais nėščių ir neseniai pagimdžiusių ar krūtimi maitinančių dirbančių moterų saugai ar sveikatai, įvertinimo (Tarybos direktyva 92/85/EEB).

<sup>(3)</sup> 1992 m. spalio 19 d. Tarybos direktyva 92/85/EEB dėl priemonių, skatinančių dirbančių nėščių ir neseniai pagimdžiusių ar krūtimi maitinančių moterų saugos ir sveikatos darbe gerinimą, įdiegimo.

žastis. Eksperimentiniai duomenys rodo, kad ilgalaikis didelio triukšmo poveikis nešiojamam kūdikiui nėštumo metu gali vėliau paveikti jo klausą ir kad žemo dažnio garsai gali padaryti daugiau žalos.“<sup>(2)</sup>)

Reikalaujama, kad darbdaviai įvertintų triukšmo poveikio dirbančioms nėščioms moterims pobūdį, lygį ir trukmę<sup>(3)</sup>, ir tuo atveju, jei yra rizikos dirbančios moters saugai ir sveikatai arba nėštumo eigai, darbdavys privalo sudaryti nėščiajai tokias darbo sąlygas, kad būtų išvengta triukšmo poveikio. Reikia suprasti, kad asmeninės apsaugos priemonės, kurias naudoja motina, neapsaugos nešiojamo kūdikiu nuo fizinių pavojų.

### Didesnė nelaimingų atsitikimų tikimybė

Sąryšis tarp triukšmo ir nelaimingų atsitikimų pripažįstamas „Direktyvoje dėl triukšmo“<sup>(4)</sup>, kurioje yra reikalavimas, kad šis sąryšis būtų įvertintas atskirai, vertinant triukšmo riziką.

Dėl triukšmo gali įvykti nelaimingų atsitikimų, kadangi:

- darbininkams sunkiau išgirsti ir teisingai suprasti žodinę informaciją ir garsinius signalus;
- slopinamas artėjančio pavojaus ar įspėjimo signalų garsas (pvz., transporto priemonių atbulinės eigos signalai);
- blaškomas darbuotojų, pavyzdžiui, vairuotojų, dėmesys;
- triukšmas padidina su darbu susijusį stresą, kuris savo ruožtu apsunkina pažinimą ir kartu padidina klaidų tikimybę.

### Pasunkėjęs bendravimas žodžiu

Efektyvus bendravimas darbo vietoje, tiek gamykloje, tiek statybvietėje, tiek skambučių centre, tiek mokykloje, yra būtinas. Nustatyta, kad norint tinkamai susikalbėti<sup>(5)</sup> kalbos garso lygis prie klausytojo ausies turi būti mažiausiai 10 dB aukštesnis negu aplinkos triukšmo lygis.

Aplinkos triukšmas labai dažnai juntamas kaip aiškus trukdis bendrauti žodžiu, ypač tais atvejais, kai:

- aplinkos triukšmas yra dažnas reiškinys;
- klausytojas jau turi lengvą klausos sutrikimą;
- kalbama kalba, kuri nėra klausytojo gimtoji kalba; arba
- klausytojo fizinę ar psichinę būklę veikia negalavimas, nuovargis ar padidintas darbo krūvis esant griežtai nustatytam laiko terminui.

Šių veiksnių įtaka darbo saugai ir sveikatai gali būti skirtinga priklausomai nuo darbo aplinkos. Pavyzdžiui:

- dėl aplinkos triukšmo mokytojai priversti kalbėti garsiau, todėl jie vėliau turi problemų su balsu;

- vairuotojas ar kilnojamojo įrengimo operatorius statybvietėje dėl foninio triukšmo gali neteisingai suprasti žodinę instrukciją, ir tai gali tapti nelaimingo atsitikimo priežastimi.

### Stresas

Su darbu susijusio streso problema iškyla tais atvejais, kai darbo aplinkos reikalavimai viršija darbuotojo galimybes juos įvykdyti (ar kontroliuoti)<sup>(6)</sup>. Daug veiksnių (stresorių) gali prisidėti prie streso, susijusio su darbu, ir retai vienintelis veiksnys būna streso priežastis.

Darbuotojai gali patirti stresą ir dėl fizinės darbo aplinkos. Triukšmas darbe, net jei nėra tokio lygio, kad reikėtų imtis veiksnių klausos praradimui išvengti, gali tapti stresą sukeliančiu veiksniu (pvz., dažni telefono skambučiai arba nuolatinis oro kondicionavimo įrenginio ūžesys), nors jo poveikis dažniausiai susilieja su kitų veiksnių poveikiu.

Triukšmo poveikis darbuotojų patiriamo streso lygiui priklauso nuo bendros veiksnių visumos, kurią reikia įvertinti pagal šiuos požymius:

- triukšmo pobūdį, įskaitant jo stiprumą, toną ir nuspėjamumą;
- darbuotojo atliekamos užduoties sudėtingumą, pavyzdžiui, greta kalbantys žmonės gali būti stresą sukeliantis veiksnys, jei užduotis reikalauja susikaupimo;
- darbuotojo profesiją (pvz., muzikai gali patirti su darbu susijusį stresą, rūpindamiesi, kad neprarastų klausos);
- paties darbuotojo būklę. Tam tikro lygio triukšmas, kuris kai kuriomis aplinkybėmis gali prisidėti prie streso, ypač kai darbuotojas pavargęs, kitais atvejais gali būti nekenksmingas.

### Teisės aktai

2003 m. buvo priimta Europos Parlamento ir Tarybos direktyva 2003/10/EB dėl būtiniausių sveikatos ir saugos reikalavimų, susijusių su fizinių veiksnių (triukšmo) keliamo rizika darbuotojams. Ši direktyva turi būti perkelta į visų valstybių narių nacionalinės teisės aktus iki 2006 m. vasario 15 d.<sup>(7)</sup>

Direktyvos 5 straipsnio 1 dalimi reikalaujama, kad, atsižvelgiant į techninę pažangą ir turimas priemones rizikos priežastčiai mažinti, „rizika, kylanti dėl triukšmo poveikio, turi būti pašalinta, pašalinant triukšmo šaltinį, arba sumažinta iki minimumo“. Direktyva taip pat nustatoma nauja dienos poveikio ribinė vertė, lygi 87 dB(A).

### Išsamesnė informacija

Šis informacinis lapelis parengtas, prisidedant prie 2005 m. Europos saugos ir sveikatos darbe savaitės kampanijos. Daugiau informacinių lapelių ir informacijos apie triukšmą galima gauti adresu <http://ew2005.osha.eu.int>. Informacijos apie ES saugos ir sveikatos apsaugos teisės aktus galima rasti adresu <http://europa.eu.int/eur-lex/>.

(4) Europos Parlamento ir Tarybos direktyva 2003/10/EB dėl būtiniausių sveikatos ir saugos reikalavimų, susijusių su fizinių veiksnių (triukšmo) keliamo rizika darbuotojams.

(5) Kai klausytojas supranta 90 % skiemenų ir 97 % sakinių.

(6) Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra, *Su darbu susijusio streso moksliniai tyrimai*, 2000.

(7) Pakeičianti Direktyvą 86/188/EEB.

## Europos saugos ir sveikatos darbe agentūra

Gran Vía, 33, E-48009 Bilbao

Tel. (34) 944 79 43 60, faks. (34) 944 79 43 83

El. paštas: [information@osha.eu.int](mailto:information@osha.eu.int)

