

Null Bock auf Lärmschwerhörigkeit durch Musik und Arbeitslärm

Frank Deisenroth, BG RCI Mainz, 22.03.2016

Wäre es nicht wunderbar, mit Eintritt in das Rentenalter noch ein gutes Gehör zu haben? Doch leider gibt es eine ganze Reihe von Einflüssen, die unser Gehör schädigen. Eine große Rolle spielt der Lärm am Arbeitsplatz und in der Freizeit.

Vom Lärm am Arbeitsplatz ist bekannt, dass er ab ca. 85 dB(A) als Mittelwert über 8 Stunden Arbeitszeit unser Gehör schädigt.

Nach 15 Jahren solchen Lärms am Arbeitsplatz können schon Hörverluste von 40 Dezibel auftreten, die nicht allein durch die altersbedingte Gehörabnahme erklärbar sind. Können weitere Ursachen ausgeschlossen werden, gehen Gutachter im Allgemeinen davon aus, dass eine berufsbedingte „Lärmschwerhörigkeit“ vorliegt.

Diese „kritische Lebenslärmdosis“ (15 Jahre x 240 Arbeitstage x 8 Stunden x 85 dB(A)) wird bei höheren Lärmpegeln schneller erreicht als mancher glaubt – ob bei Arbeit oder Freizeit.

Ein Konzertbesuch von 3 Stunden Dauer mit 105 dB(A) erzeugt eine Lärmdosis in Höhe von 1% der oben genannten kritischen Lebenslärmdosis.

Das Gleiche gilt natürlich auch für einen Arbeitsgang von 3 Stunden Dauer in einem Lärmbereich mit 105 dB(A) ohne Gehörschutz.

Nach 100 Konzertbesuchen oder Arbeitsgängen mit solch einer Lautstärke ist die kritische Lebenslärmdosis schon ausgeschöpft.

Würde der vorgeschriebene Lärmgrenzwert von 95 dB(A) nach DIN 15905-5 von November 2007 bei Konzerten immer eingehalten, würde die kritische Lebenslärmdosis immerhin „erst“ nach 1000 Konzerten ausgeschöpft.

Überschreitet die Lautstärke bei Konzerten 95 dB(A), muss der Veranstalter geeigneten Gehörschutz zum Selbstkostenpreis anbieten.



Da dieser Forderung der o.g. DIN häufig nicht nachgekommen wird, empfiehlt es sich, seinen eigenen Gehörschutz bei lauten Konzertveranstaltungen mitzubringen und zu benutzen.

Wer häufig dreistündige Konzerte mit Mittelungspegeln von 105 dB(A) besucht, sollte bedenken, dass hierbei jedes Mal ca. ein Hundertstel des gesunden Gehörs „flöten“ geht, wenn man keinen Gehörschutz trägt. Und Konzerte dieser Lautstärke sind leider keine Seltenheit.

Tabelle 1: Anzahl 3-stündiger Konzertbesuche bis zum Überschreiten der „kritischen Lebenslärmdosis“

Mittelungspegel	Anzahl Konzerte
85 dB(A)	10000
95 dB(A)	1000
105 dB(A)	100*
115 dB(A)	10*
125 dB(A)	1*

*Akute Hörschäden möglich

Der Besuch von sehr lauten Konzerten mit Mittelungspegeln über 105 dB(A) schöpft die kritische Lebenslärmdosis sehr schnell aus (siehe Tabelle 1) und kann auch zu akuten Hörstörungen führen. Ein solch zweifelhafter Genuss ist auch mit Gehörschutz nicht empfehlenswert. Die o.g. DIN 15905-5 fordert, auch mit Gehörschutz einen Mittelwert von 99 dB(A) nicht zu überschreiten.

Schon die Durchführung eines Arbeitsganges von 5 Minuten Dauer mit einem Mittelungspegel von 105 dB(A) ohne Gehörschutz ist unzulässig, denn dabei würde das Gehör bereits stärker dauerhaft geschädigt als man vielleicht vermutet.

Um sicher zu gehen werden in der Prävention am Arbeitsplatz schon Schutzmaßnahmen ab einem Tages-Mittelungspegel von 80 dB(A) ergriffen.

Wenn Sie „Null Bock auf Lärmschwerhörigkeit“ haben, sollten Sie die „kritische Lebenslärmdosis“ möglichst weit unterschreiten und in lauter Umgebung immer Gehörschutz tragen!

Weitere Lärminfos finden Sie hier: <http://www.bgrci.de/fachwissenportal/s tart /laerm/>