

Slyšet, mlýn, ...

Kdo ví, jak funguje to, čemu se říká mentální asociace (spojení mezi myšlenkami), je mu jasné, jak malý kousek mne dělil při nalezení chyby ve vyjmenovaném slovu po L v rozečtené severské detektivce od úvahy o tom, zda každý zaměstnanec, po životě stráveném na dráze, může na *stará kolena* slyšet klapání mlýna. Věřte nevěřte, právě tímhle způsobem se rodí moje články BOZP, v tomto případě – o hluku a jeho působení na zdraví člověka.

Radovat se z poškozeného sluchu lze snad, jen pokud naše polovička chrápe, v ostatních případech to omezuje společenský i profesní život. To, co obvykle trápí lid nádražácký, se nazývá *percepční porucha* sluchu, která vzniká z nadměrné a trvalé zátěže hlukem. Obecně nelze rozlišit mezi zvukem a hlukem na základě fyzikálních parametrů, ale pouze na základě účinků na člověka. Hluku obtěžuje, ruší soustředění a psychickou pohodu (subjektivní účinek), měřitelné je poškození sluchu (objektivní účinek, ztráta sluchu se měří v decibelech (dB)). Mezi varovné příznaky, že s námi není něco v pořádku, patří nejen nedoslýchavost a šelesty a zvonění v uších, ale i závratě, stres, poruchy spánku, zvýšený tlak, žaludeční obtíže, bolesti hlavy, problémy s krevním oběhem a pocit celkového vyčerpání. Měření hluku pro potřeby ochrany zdraví má v našem případě za povinnost zaměstnavatel a mohou ho provádět pouze speciální pracoviště s akreditací.

Vzhledem k tomu, že léčba sluchu prakticky neexistuje, je velmi důležitá prevence. V oblasti BOZP jí může být např. sledování a měření úrovně hluku, ochranné pomůcky, střídání zaměstnanců, náhrada starých technologií novými nebo bezpečnostní přestávky. Nic z toho ale nebude fungovat, pokud si každý z nás neuvědomí, že *hrajeme vabank* nejen o zdraví, ale i o budoucnost, protože nám též hrozí ztráta zaměstnání, pokud *neprojdeme* pracovní lékařskými prohlídkami. A přesně kvůli tomu všemu existují pravidla a limity, které jsou v současné době dány např. nařízením vlády č. 272/2011 Sb., o ochraně zdraví před nepříznivými účinky hluku a vibrací, a další legislativou, která se našim zdravím zabývá - jakou je zákon č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví, který určuje povinnost *technickými, organizačními a dalšími opatřeními zajistit, aby hluk nepřekračoval hygienické limity*, povinnost hluk měřit a zařazovat zaměstnance do kategorií práce (I – IV), od kterých se pak odvíjí četnost a náplň pracovních prohlídek, nebo nařízení vlády č. 361/2007 Sb., kterým se stanoví podmínky ochrany zdraví při práci, a které hluk zařazuje mezi rizikové faktory. Důležitá je i informace, že dle § 10 nařízení vlády č. 272/2011 Sb., o ochraně zdraví před nepříznivými účinky hluku a vibrací, mj. *pokud překračují stanovené hodnoty pro osmihodinovou směnu expoziční limit 80 dB, musí zaměstnavatel poskytnout zaměstnancům osobní ochranné pracovní prostředky k ochraně sluchu účinné v oblasti kmitočtů daného hluku (odst.1), a pokud je překročen přípustný expoziční limit 85 dB, musí zaměstnavatel zajistit, aby osobní ochranné pracovní prostředky zaměstnanci používali* (odst. 2) – tj. má to za povinnost.

Příklady ze života:

50 dB – běžný pouliční hluk

60 dB – běžná mluva

70 dB – hlučná ulice, psaní na psacím stroji

80 dB – křik, rušný provoz

90 dB – vlak, hlasitá hudba

100 dB – sbíječka, motorka na maximum

110 dB – diskotéka

120 dB – start letadla

130 dB – výbuch granátu

PS. Intenzita chrápání se pohybuje mezi 38 dB – 45 dB. Pokud tedy doma nemáte oddělené ložnice, přeji vám, aby šumění listů a láskyplné šeptání do ucha (10 dB – 30 dB) vám dělalo radost, co nejdéle!

Dana Žáková, oddělení BOZP