

Hørebeskyttelse – hvorfor er det vigtigt

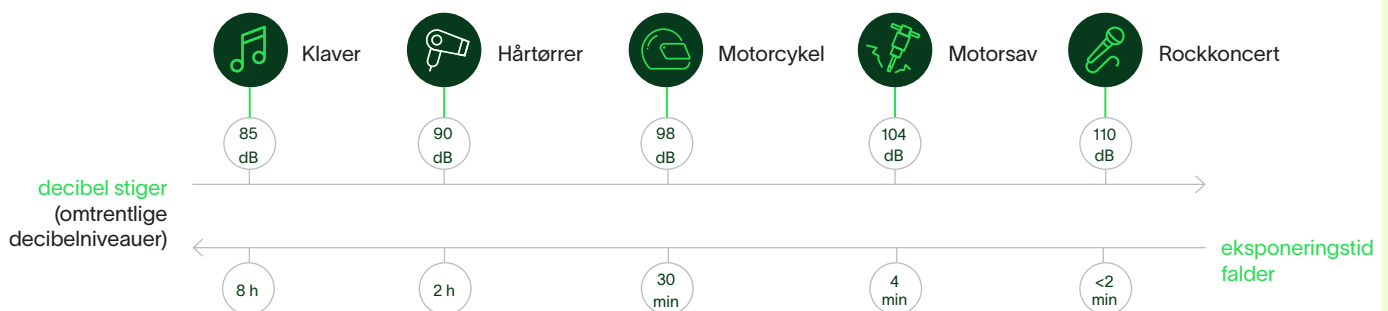
Støjbelastning i hverdagen – en stadig større udfordring:



- Støj er et vigtigt folkesundhedsproblem. Det har negative konsekvenser for menneskers sundhed og vel-være.¹
- Støjbelastningen vokser konstant både i fritids- og arbejdsrelaterede omgivelser.¹

- | | |
|-----------------------|---------------------------------|
| 1 Lufthavns-personale | 6 Fabriks- og |
| 2 Formel 1-kører | 7 Commutermusik |
| 3 Bygningsarbejder | 8 Klassisk musiker |
| 4 Natklubmedarbejder | 9 Motorcykelbud |
| 5 Rockstjerne | 10 Børnehavepædagog eller lærer |

Støjbelastning over en vis tærskel forventes at forårsage høreskader³:



- ▶ Vigtigheden af hørebeskyttelse bliver ofte undervurderet: fra et niveau på 85 dB, og i kombination med en forlænget eksponeringstid, kan støj resultere i midlertidig eller permanent forringelse af de indre hårceller.⁴
- ▶ Forskellige standarder og retningslinjer pr. region regulerer de daglige støjbelastningsgrænser:
 - EU-direktiv 2003/10/EC: daglig grænseværdi for støjbelastning LAEX,8h = 87 dB
 - Standarder fra Occupational Safety and Health Administration (OSHA): 85 dBA målt som 8-timers TWA (tidsvægtet gennemsnit)



God hørebeskyttelse skal...

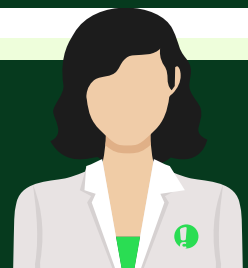
- Dæmper støj og høje lyde
- Bevarer relevante lyde og tale
- Lader øret ånde

Brugertilpassede ørepropper leveres i følgende aktivitetsbaserede modeller:

- | | | |
|--------------|----------|---------|
| • SleepTight | • Music | • Drive |
| • InFlight | • Active | |



Når du anbefaler hørebeskyttelse, er det vigtigt at tage højde for støjniveauet og eksponeringstiden. En hørespecialist kan rådgive om den mest passende type hørebeskyttelse.



Referencer:

- ¹ Verdenssundhedsorganisationen. Retningslinjer for miljøstøj for den europæiske region. Hentet fra https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0009/383922/noise-guidelines-exec-sum-eng.pdf
- ² Akustiske overflader. De 10 mest støjbelastende jobs. Hentet fra <https://www.acousticalsolutions.com/blog/acoustics-education/top-10-noisiest-jobs/>
- ³ Lawand, N., Lodder, J. (2021). Phonak Insight: Noise: Why should we care about it?, tilgængelig på <http://www.phonak.com/evidence>
- ⁴ Centers for Disease Control and Prevention (6. januar 2020). Vital Signs – Too loud! For too long! Hentet fra <https://www.cdc.gov/vitalsigns/hearingloss/index.html>