



Coraz poważniej myślimy o ekologii. Walczymy ze smogiem, ograniczamy zużycie plastiku, oszczędzamy wodę, promujemy postawy typu zero waste. Zapominamy jednak o jeszcze jednym, wszechobecnym zanieczyszczeniu – hałasem. Tymczasem, jak wskazuje raport Europejskiej Agencji Środowiska¹, hałas w naszym otoczeniu, przede wszystkim ten powodowany przez ruch drogowy, to poważny problem. Czas o nim poważnie pomyśleć. I spróbować przynajmniej w domu odgrodzić się od nieprzyjaznych dźwięków. W jaki sposób? Na to pytanie odpowiadają przedstawiciele branży budowlanej.

Z danych zaprezentowanych w raporcie wynika, że co piąty Europejczyk jest narażony na nadmierny hałas. Jego negatywne działanie może powodować chorobę niedokrwinną serca, drażliwość, zaburzenia snu, a także być przyczyną przedwczesnych zgonów. Według WHO to właśnie hałas jest drugim (po skażonym powietrzu) powodem problemów zdrowotnych związanych ze środowiskiem. W dodatku często działa podstępnie, gdyż... nasz mózg umie się wyłączyć na niektóre dźwięki. Jednak to nie oznacza, że one mu nie szkodzą. Szkodzą i to poważnie, w dużym stopniu niszcząc zdrowie i negatywnie wpływając na kondycję psychiczną. Dlatego przynajmniej w domu powinniśmy

zacząć dbać o higienę słuchu, ograniczając poziom hałasu środowiskowego, który do nas dociera. Jakie „bariery” możemy postawić?

Kaskady hałasu

„Chcę odpocząć w ciszy” – przeciążeni hałasem, bardzo często tak sobie wyobrażamy błogi relaks. Jednak w życiu cisza absolutna nie istnieje, bo nawet jeśli uda się wytłumić wszystkie zewnętrzne dźwięki, pozostają odgłosy codziennego życia. Naszego lub... sąsiadów. Najlepszym przykładem jest dźwięk instalacji sanitarnej, który bardzo często bywa na tyle głośny, że może zakłócać sen.

– Źródłami hałasu w instalacji kanalizacyjnej są m.in. odgłosy: spustu, zrzutu wody w pionach oraz dźwięki powstające na zmianach kierunku wody płynącej w rurach. Poziom hałasu jest uzależniony zarówno od rodzaju zastosowanych materiałów, sposobu montażu kanalizacji, jak i rozwiązań absorbujących drgania powstające w trakcie eksploatacji. Jeśli zależy nam na ograniczeniu tego hałasu, powinniśmy myśleć o tym na etapie projektowania budynku oraz wyboru systemu kanalizacji. Kanalizacja niskosumowa (np. Wavin AS+ lub Wavin SiTech+) to system, który opiera się na elementach wykonanych w technologii trójwarstwowej – odpornej podczas eksploatacji i wykazującej wysoki poziom izolacyjności akustycznej, o optymalnej gęstości materiału i grubości ścianek, o zwiększonej masie absorbującej hałas. Istotną częścią systemu są również obejmy z wkładkami elastomerowymi, które ograniczają drgania instalacji – wyjaśnia Rafał Głuski – Dyrektor Sprzedaży Systemy Instalacyjne z Wavin Polska.

Lawina dźwięków

Szept to dźwięk o poziomie ok. 30 dB, krzyk dziecka 80 dB, a poziom hałasu generowany przez „zwykły” ruch uliczny może wynieść nawet około 90 dB². W dodatku ruch uliczny w miastach praktycznie nie ustaje, więc na to zanieczyszczenie jesteśmy narażeni przez cały czas. Dlatego coraz więcej rozwiązań w branży budowlanej, przede wszystkim sektora stolarki otworowej, uwzględnia również konieczność odseparowania domu lub miejsca pracy od hałasu.

– Według obowiązujących w Polsce norm poziom hałasu przenikającego do pomieszczeń mieszkalnych nie powinien przekraczać 40 dB w dzień i 30 dB w nocy³. Oznacza to, że zastosowane podczas budowy rozwiązania powinny niejako z definicji tłumić dźwięki z zewnątrz. W przypadku okien, również tarasowych, za izolację akustyczną odpowiadają przede wszystkim odpowiednio przygotowane szyby, prawidłowo osadzone w nowoczesnych profilach oraz dobre uszczelnienie – mówi Jarosław Wodzisławski, ekspert z G-U Polska, dostawcy innowacyjnych systemów okiennych i drzwiowych. – W mieszkaniach znajdujących się przy szczególnie ruchliwych ulicach rozwiązaniem wartym rozważenia są dodatkowe przegrody, np. rolety zewnętrzne albo okiennice.

W miejscu pracy, zgodnie z zaleceniami WHO, poziom hałasu w ciągu dnia nie powinien przekraczać 50 dB (im większego skupienia wymaga praca na danym stanowisku, tym poziom hałasu powinien być niższy).

– Różne pomieszczenia w zakładach produkcyjnych lub w biurach „generują” różne poziomy hałas. Aby zapewnić skuteczną barierę dźwiękową w pomieszczeniach, wystarczy zainwestować w odpowiednie drzwi. Dobre stalowe drzwi posiadają współczynnik izolacyjności akustycznej na poziomie nawet 43 dB (np. NovoPorta Premio). Oznacza to, że o 43 dB obniżony jest poziom hałasu, którego źródło znajduje się za drzwiami – tłumaczy Tomasz Chmielewski, Dyrektor Zarządzający i Członek Zarządu Novoferm Polska – producenta bram, drzwi i napędów.

Najwyższy czas poważnie potraktować zagrożenie hałasem i podczas remontu czy budowy świadomie wybierać rozwiązania, które pomagają z nim walczyć. Nie tylko skutecznie odseparują dom czy miejsce pracy od groźnych decybeli, ale przede wszystkim sprawiają, że lepiej się czujemy, a nasza koncentracja oraz jakość snu się poprawia.

¹<https://www.eea.europa.eu/pl/articles/zanieczyszczenie-halasem-stanowi-powazny-problem>

²<https://builderpolska.pl/2017/05/11/dom-zrodlem-halasu-i-to-jakiego/>

³<https://www.nieruchomosci-online.pl/porady/budynek-mieszkalny-a-normy-halasu-13495.html>



newss.pl

O co tyle hałasu? Jak odgrodzić się od zanieczyszczenia hałasem

G-U Polska

[press box](#)