

Zgomot si suneet

4



O scurta descriere a zgomotului,
surse de zgomot si cum il putem evita.



Aceasta este cea de-a patra brosură de la Widex despre auz și subiecte legate de auz.

WIDEX
high definition hearing

Ce este zgomotul?

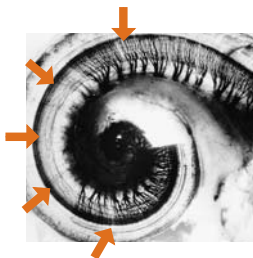
În lumea de azi suntem constant bombardati de sunete. Multe dintre sunete sunt placute, dar din nefericire exista situatii în care sunetele devin zgomot. Deci, ce este zgomotul?

Motivul pentru care exista diferente în ceea ce priveste perceperea zgomotului este acela ca unii oameni sunt mai sensibili decât alții. Dar suntem cu toții de acord ca zgomotul este un sunet nedorit; în termeni specifici, un zgomot puternic este un sunet care poate cauza o pierdere de auz

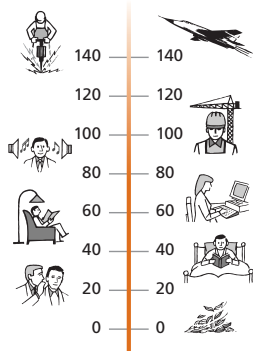
Pentru persoanele care au o pierdere de auz, zgomotul de fond reprezinta o problema particulara pentru ca abilitatea lor de a intelege vorbirea în medii zgomotoase este foarte limitata. Pe langa aceasta exista o problema ca unele aparate auditive amplifica nu numai vorbirea, dar si zgomotul de fond, facand vorbirea foarte dificila în medii zgomotoase.



Cum ne afecteaza zgomotele auzul?



Urechea este un organ complex iar partile sale delicate pot fi avariate la impactul cu sunete puternice. Urechea interna este alcatuita din celule senzoriale, care transforma sunetul in impulsuri nervoase care pot fi intelese de creier. Daca sunt expuse unor sunete foarte puternice, aceste celule senzoriale pot fi avariate sau chiar distruse. Aceste celule nu se pot refaca sau regenera, aparand riscul unei pierderi de auz permanente. De aceea este important sa avem grija de auzul nostru fiind precauti fata de expunerea la zgomot.



Limitele de zgomot

Pentru a reduce numarul celor cu pierdere de auz cauzata de expunerea la zgomot la locul de munca, majoritatea tarilor au adoptat un set de reguli care limiteaza expunerea la zgomot pe zi a lucratorilor in mediul de lucru la 85 dB. Aceasta limita se bazeaza pe intensitatea zgomotului si perioada de timp de expunere la zgomot. Cu cat intensitatea zgomotului este mai mare, cu atat este mai scurt timpul permis muncitorului sa lucreze in mediul respectiv. Aplicand acelasi criteriu si altor surse de zgomot ar expune o persoana, care asculta un concert la nivelul de 110 dB, la riscul unei pierderi de auz permanente numai dupa cateva minute.

Surse de zgomot

Trăim într-o lume zgomotoasă. Suntem expuși la o multitudine de sunete și zgomote la locul de muncă, copiii în centrele de învățământ, școli dar și cluburi. Activitățile recreative cum ar fi sportul, cinematografele și teatrele, dar și sunetul produs de traficul rutier, toate contribuie la formarea zgomotului din jurul nostru.

Muzica este de obicei o experiență agreabilă, dar când este prea puternică devine un zgomot insuportabil. La un concert rock nivelul zgomotului crește până la 120 dB. CD sau casetofoanele portabile, care sunt populare în rândul adolescenților, sunt de asemenea o potențială sursă de zgomot dacă este folosită o perioadă mai îndelungată la un volum ridicat.



Evitarea zgomotului



Cel mai bun lucru pe care îl putem face pentru auzul nostru este, bineînțeles, să evităm zgomotul în exces. Poate că este greu dar sunt niște pași importanți care trebuie urmați.

În general, ar trebui să cunoaștem potențialele surse de zgomot și să ne îndreptăm către un mediu sonor mai sănătos. Putem de asemenea să ne ascultăm propriile noastre urechi. Dacă sunetele puternice sunt deranjante sau chiar supărătoare, urechile noastre ne spun că aceste sunete ar putea cauza distrugeri. Astfel acționează sistemul corpului de avertizare. Din nefericire, abilitatea urechilor noastre de a ne avertiza asupra nivelurilor înalte periculoase poate fi redusă, de exemplu când bem alcool.



Folosind echipament auditiv de protecție este o soluție foarte bună atunci când ne aflăm în medii foarte zgomotoase. Există o largă varietate de produse care sunt folosite pentru a bloca sunetul. La festivalurile de muzică, la concerte sau în discotecă, unde nivelul sunetului este deranjant de tare, este o idee bună să purtați anti-foane. Chiar și aceste dispozitive minuscule și discrete vă pot oferi o protecție semnificativă.

Ce putem face daca raul a fost deja facut?

Simtul auzului este o parte esentiala a comunicarii si, in consecinta, o parte semnificativa a bunastarii noastre sociale. Daca abilitatea de auz a cuiva incepe sa slabeasca, ar trebui luate masuri cat mai repede posibil pentru optimizarea comunicarii si calitatii vietii. In timp ce unele dintre simptomele hipoacuziei pot fi tratate medical sau chirurgical, pierderea de auz cauzata de expunerea la zgomot poate fi tratata cu aparatul auditiv. Amplificarea sofisticata realizata de aparatele auditive moderne poate fi un pas urias spre un auz mai bun.

