

Kontakt



UMEÅ
UNIVERSITET

Avdelningen för hållbar hälsa vid
Institutionen för folkhälsa och klinisk medicin
Umeå universitet, 901 87 Umeå, Sverige
www.umu.se/folkhalsa-och-klinisk-medicin

Hans Pettersson
Tel: 090 - 785 69 27
E-post: hans.pettersson@umu.se



Arbets- och miljömedicin
Norrlands universitetssjukhus
901 85 Umeå, Sverige
www.regionvasterbotten.se/amm

Tel: 090 - 785 93 56
E-post: amm@regionvasterbotten.se



Information till dig som arbetar i bullrig miljö



UMEÅ
UNIVERSITET



region
västerbotten

Buller

Starkt buller kan ge tillfälliga eller bestående skador på hörseln. Ju starkare bullret är desto kortare tid behövs för att få en hörselskada. Av kraftigt buller kan hörseln försämrast, men även susningar eller ringningar i örat uppstå.

Höga bullernivåer bland byggarbetsplatser kommer från många källor t. ex. slagverktyg som spikmaskin, borrhämmare och bilningsmaskin, tigersågar och anläggningsmaskiner.

Kortvariga men mycket höga ljud (s.k. impulsljud) är direkt skadliga, t. ex. smällar från slående maskiner. Att vistas länge i miljöer där man måste skrika för att höras är också skadligt.

Mät buller i telefonen!

En enkel metod för att mäta buller är att använda arbetsmiljöverkets bullerapp. Den mäter buller via mobilen och där finns även information om risker med buller.



Du hittar information på Arbetsmiljöverkets hemsida: www.av.se, under avsnittet Hälsa och säkerhet / Buller.

Vad säger reglerna?

Regler för buller i arbetsmiljön
Buller - AFS 2005:16

Planering av arbete

Buller ska minskas från källan till lägsta möjliga nivå.

Går det inte att få ner bullernivån tillräckligt ska hörselskydd erbjudas till de anställda.

Vad kräver föreskriften om buller?

Det är svårt att ange en gräns när buller blir skadligt. Därför finns det både insats- och gränsvärden (se tabell till höger).



Undre insatsvärdet

Om den dagliga bullernivån eller impulsljudet är högre än undre insatsvärdet ska arbetsgivaren informera och utbilda anställda om riskerna med buller, ge tillgång till hörselskydd och erbjuda hörselundersökningar om riskbedömningen och mätningarna visar att det behövs.

Övre insatsvärdet

Om den dagliga bullernivån, maximal ljudnivå eller impulsljudet är högre än övre insatsvärdet ska arbetsgivaren genomföra åtgärder, skylta för hög bullernivå, se till att anställda använder hörselskydd och erbjuda anställda hörselundersökningar.

Gränsvärdet

Om gränsvärdet överskrids ska arbetsgivaren omedelbart utföra åtgärder för att minska bullernivån och utreda varför det överskreds. För beräkning av gränsvärdet ska dämpningen av hörselskydden räknas med.



Insats- och gränsvärden för buller i arbetet

	Daglig bullernivå dB(A)	Maximal ljudnivå dB(A)	Impulsljud dB(C)
Undre insatsvärdet	80	-	135
Övre insatsvärdet	85	115	135
Gränsvärdet	85	115	135

TIPS - vad kan du göra?!

- Använd hörselskydd när det erbjuds.
- Använd hörselskydd även om det inte är du som orsakar bullret.
- Tänk på att alltid använda hörselskydd även om det bara är en kort tid du utsätts för bullret.
- Tänk på att långt hår eller mössa under hörselskyddet kan göra att det inte sluts rätt och fungerar sämre.



Om du märker att du tillfälligt hör sämre eller att det susar eller ringer i öronen är det tecken på att du utsatt dig för skadliga bullernivåer. Använd därför hörselskydd. Tänk på att buller kombinerat med kemikalier eller vibrationer, ökar risken för hörselskada.