

# STØJ

Dansk Stålinstitut



Brian Foldager Larsen

Chefkonsulent

Tlf. 31 79 48 45

Mail. [bl@amcentret.dk](mailto:bl@amcentret.dk)

# Støjkampagne



## Indhold:

- Indlæg i Funderingsnyt
- Peltor III høreværn til alle i Fundering
- Tilbud om formstøbte DOT høreværn til alle i Fundering
- Mulighed for specielle høreværn ud fra en konkret vurdering
- To stk. støjkampagne T-shirts til alle
- Lydklip der illustrerer et høretab
- Folder om støj i Fundering
- Plakat med støjzoner i Fundering
- Indlæg om støj i Fundering i Aarsleff Inside
- Opfølgende besøg fra Arbejdsmiljøafdelingen

# Støjkampagne - tommelfingerregler

Pas på din og dine kollegers hørelse ved at følge disse 3 råd:

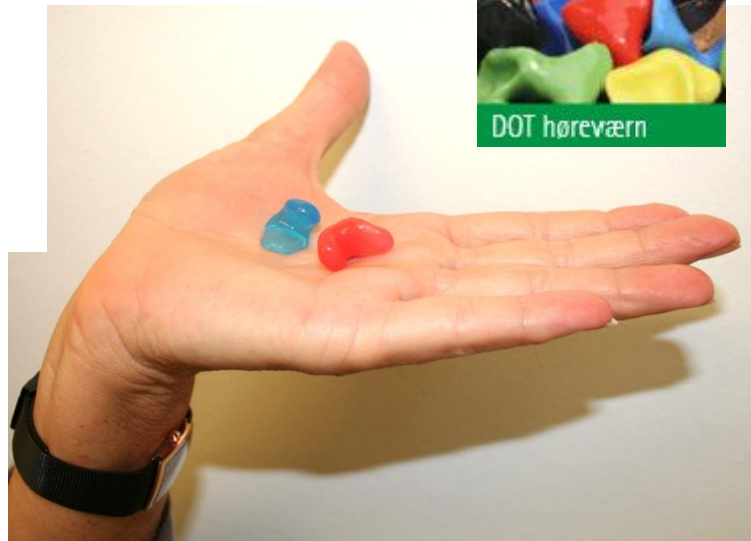
- Gå så langt væk som muligt fra støjen
- Bær hørekopper, eventuelt sammen med ørepropper når det støjer
- Brug høreværnet *hele tiden, effekten af høreværnet reduceres kraftig, hvis støjen er i gang inden de tages på.*

# Støjkampagne - høreværn



PELTOR

## Peltor III



DOT høreværn

**DOT Shot høreværn**  
Med Shotkiller filtre og  
almindeligt  
dæmpningsfiltre

## Specielle løsninger

Ex elektronisk formstøbt høreværn,  
høreapparat med dæmpning, høreværn  
med kommunikation eller radio.



E-EAR virker ved at de dæmper høje pludselige  
lyde samtidig med at de forstærker svage lyde.

# Støjkampagne - synlighed

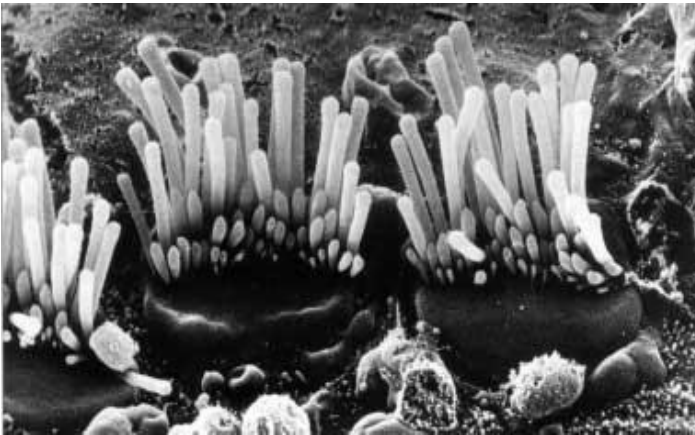


# Støjkampagne

Sort Sol, Shaheeba bay

Viser høretab hos 20 årig efter 2 år, 20 år og 45 års udsættelse for skadelig støj

Normalt, uskadt øre



Et støjskadedt øre



**Hvornår kan du få en høreskade ?**

Støj over 80 dB(A) i lang tid

Høje smæld over 137 dB(C) –  
**NU!!**

# Støjkampagne - daglig støjdosis

En støjbelastning på 80 dB(A) svarer til en konstant støj (lydtryksniveau) på:

80 dB(A) i 8 timer

83 dB(A) i 4 timer

86 dB(A) i 2 timer

89 dB(A) i 1 time

92 dB(A) i 30 minutter

95 dB(A) i 15 minutter

98 dB(A) i 7½ minutter

101 dB(A) i ca. 4 minutter

**104 dB(A) i ca. 2 minutter (BORERIG)**

107 dB(A) i ca. 1 minut

**110 dB(A) i ca. 30 sekunder (PÆLE)**

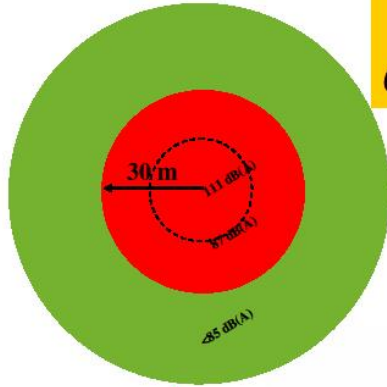
113 dB(A) i ca. 15 sekunder

**116 dB(A) i ca. 8 sekunder (SPUNS + VIBRATOR)**

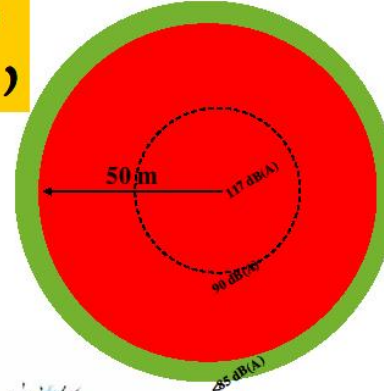


# Støj Zoner

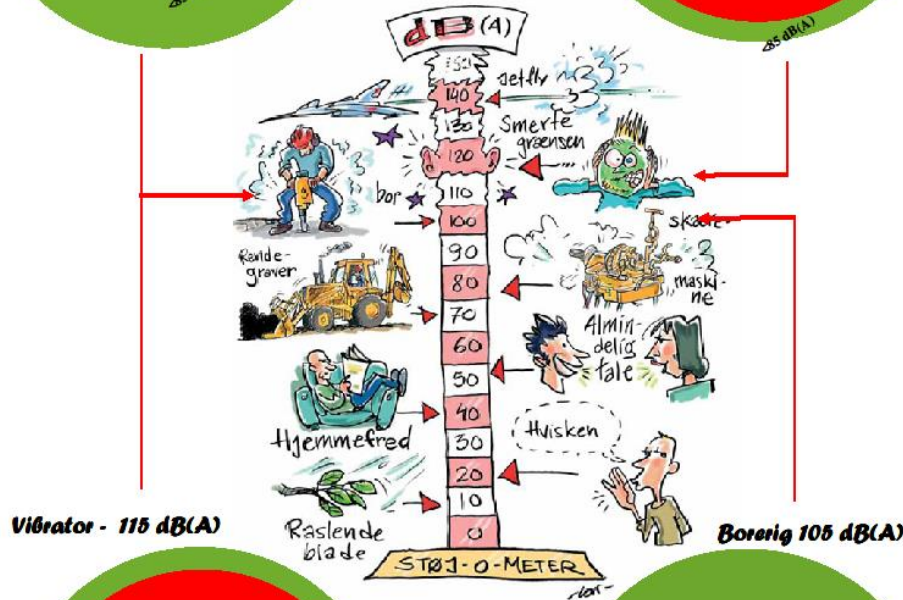
Pæle - 111 dB(A)



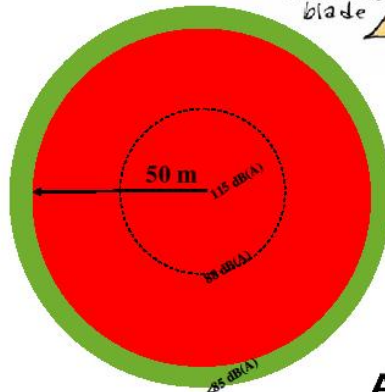
Spuns - 117 dB(A)



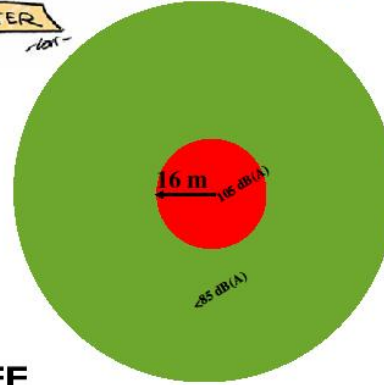
**85 dB(A)**  
**( 80 dB(A) )**



Vibratør - 115 dB(A)



Borerig 105 dB(A)



Plakat



AARSLEFF



**TÆNK**  
PÅ DIG SELV

A  
N

**BOOM**  
**BOOM**

SIKKEN DET STRJØR

HVA' NÅH  
JEG KAN  
IKKE HØRE  
NOGET -  
LÆNGERE!

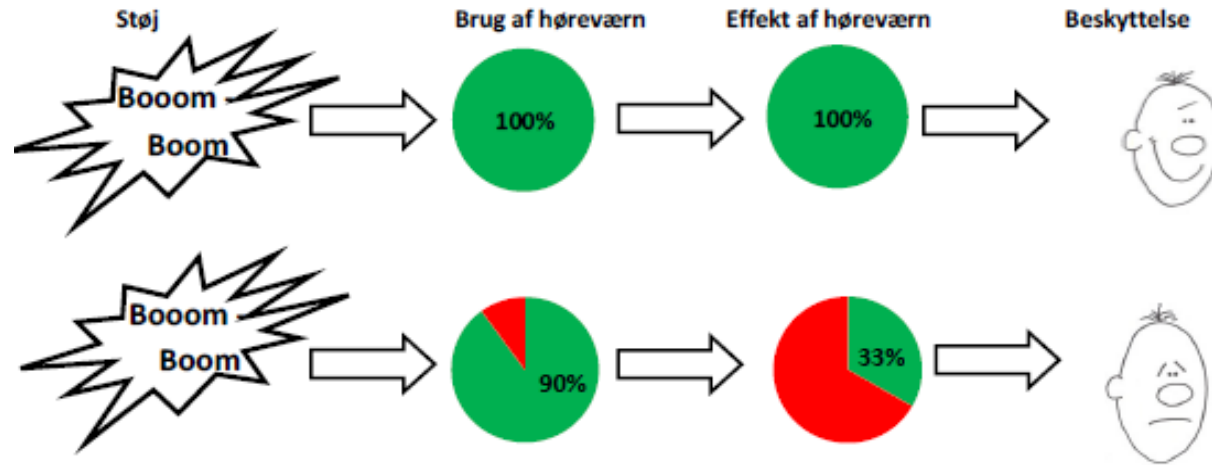
**BRUG DINE**  
**HØREVÆRN**

Toll

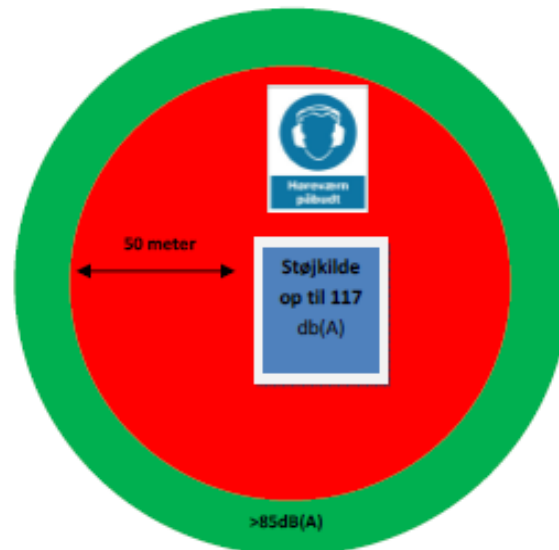
FORSLAG TIL TSHIRT I F.M. KAMPAGNE

Folder

## Brug af høreværnet:



## Sikkerhedszone:



I rød zone er høreværn påbudt hele tiden!

Afstanden til grøn zone afhænger af støjniveauet.

En god tommelfingerregel ved nedramning af spuns er 50 meter til grøn zone!

Hvis du er nødt til at råbe for at blive hørt er der for meget støj.

Kraftig støj kan også påvirke risikoen for ulykker, give forhøjet blodtryk, søvnløshed og hovedpine.

# Støjkampagne

## Artikel om støj og støjkampagnen i Aarsleff Inside



Skrrevet af / written by Jesper Varming, [jv@arsleff.com](mailto:jv@arsleff.com) og / and Brian Fogdager Larsen, [bl@arsleff.com](mailto:bl@arsleff.com)

### Fundering har støj i fokus

Støj er et stort arbejdsmiljøproblem i bygge- og anlægsbranchen. Vores kollegaer i Fundering bliver dagligt udsat for høreskade og generende støj. Derfor har Fundering i de kommende måneder ekstra fokus på brug af høreværn og forebyggelse af høreskader

Kraftig støj på over 80 dB kan medføre alvorlige skader på høresiden blandt andet i form af varigt høretab eller tinnitus, som cirka 16 procent af alle voksne har fået konstateret. Støj kan desuden være psykisk belastende og give forhøjet blodtryk, der i længden skaber hjertebrud. Derudover forstyrrer støj koncentrationen og kan i værste tilfælde resultere i fejl eller ulykker på byggepladserne.

#### Baggrund for kampagnen

Opgaverne, Fundering udfører, medfører en masse støj, som er svært at fjerne. Vi kan heller ikke flytte maskinbeholdere væk fra støjten. Men vi kan forsøge at dæmpe op for støjgen og bruge høreværn, så vi forebygger høreskader.

De maskinbeholdere, der over en hel arbejdsdag udsættes for vedvarende støj med et gennemsnit på over 80 dB eller kort kraftig støj, impulsstøj, med en spidseværdi, der overstiger 135 dB, skal tilbydes en høreværn, fordi de er i fare for at få varigt høreskade. Hø-

retesten, som vi foretog i efteråret 2011, viste, at næsten en tredjedel af de 52 testede havde tinnitus eller svært høreskader. Som konsekvens af testresultaterne indleder Fundering i løbet af maj en kampagne mod høreskader for at skabe bevidsthed og forståelse omkring problemerne med støj på byggepladserne.

#### Praktisk fokus

Kampagnen er planlagt og udarbejdet af medlemmerne i AMU Fundering i samarbejde med Arbejdsmiljø, men det er ingeniørerne i Fundering, der står for at formidle budskabet ud til formænd, maskinførere og håndværkere. Støj rammer ikke kun maskinbeholdere ude ved maskiner, men også funktionærerne når de besøger byggepladserne. Kampagnen er derfor rettet mod alle i Fundering.

Tingene er ikke nemme at ændre alene i kampagnen, blandt andet fordi de er væsentligt på færdes på pladserne, kender problemstillingerne og kan formidle budskabet ud på et mere praktisk niveau. "Vi har igennem hele

processen haft fokus på, at kampagnen skal være praktisk anlagt, og vi håber, at vores tiltag skaber dråge imellem maskinbeholdere i stedet for at fremstå som en løftet pegs-finger", fortæller Brian Fogdager Larsen fra Arbejdsmiljø.

#### Sammen kan vi begrænse støjen

Der er flere tiltag, der kan begrænse støjen på byggepladserne. Vores maskiner skal overholde de gældende tekniske krav, der stilles til støjniveau. Derudover er det vigtigt, at maskinerne bliver vedligeholdt, for et manglende vedligeholdelse betyder slatte maskinolie, som øger støjen. Men også helt basale tiltag som at huske sine kollegaer på, at de skal bruge deres høreværn, kan være med til at mindske risikoen for høreskader. Det gælder også for de kollegaer, der ikke arbejder der, hver støjten er væk. For så rum er, at lyden af vores arbejder er så kraftig, at decibelmålingen i en radius på 30-50 meter overstiger grænseværdierne.

### Piling focuses on noise

Noise is a serious problem in the construction business. Each day, our colleagues in Piling are exposed to hearing-impairing and disturbing noise. During the coming months, Piling will therefore focus more on the use of hearing protection and prevention of hearing damage

High noise levels above 80 dB can lead to serious hearing damage, i.e. a permanent hearing loss or tinnitus which is the case for about 16 percent of all adults. Noise may also be mentally straining and cause hypertension with long-term effects to health. Noise disturbs concentration and at worst, it may result in mistakes or accidents at site.

#### Behind the campaign

Piling's work involves a lot of noise which is difficult to remove. And we cannot move our staff away from the noise either. But we can try to solve the noise problems and help each other prevent hearing damage.

Staff which is exposed to continuous noise above 80 dB during an entire workday or to high instantaneous sound levels, impulse noise, with a peak level of more than 135 dB must be offered a hearing test. In the spring of 2011, we carried out hearing tests which showed that almost one third of the 52

persons tested suffered from light or severe hearing loss. As a consequence of the test results, Piling will launch a campaign in May against hearing loss to draw attention to the noise problems at the sites.

#### Practical focus

The campaign is planned and prepared by members of Piling's OHS committee in collaboration with the OHS department. But Piling's engineers are responsible for communicating the message to foremen, rig operators and unskilled workers. Noise is not only a problem to the staff working at the site but also to the salaried employees who visit the site. So the campaign is directed towards all of Piling's employees.

The engineers are a important players in the campaign, because they are familiar with the work on the sites, they know the problems and can communicate the information on a more practical level. "Through the entire pro-

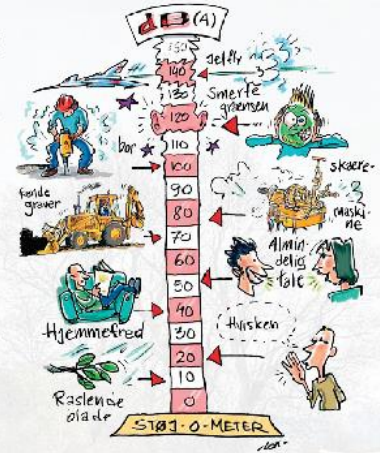
cess, we have concentrated on making the campaign more practical, and we hope that our initiatives will create a dialogue between the employees instead of leaving a finger-wagging impression", says Brian Fogdager Larsen from the OHS department.

#### Together we can reduce noise

Several initiatives can reduce noise on the construction sites. Our machines must comply with the current technical requirements to noise levels. Moreover, it is important to maintain the machines because lack of maintenance means worn machine parts resulting in increased noise. But also quite basic initiatives such as reminding your colleagues to wear ear protection may reduce the risk of hearing damage. The same goes for the colleagues who do not work where the noise is most severe. It is a fact that the sound of our work is so strong that the decibel level in a radius of 30-50 meters exceeds the limit value.

Ved støjkampagner på over 80 dB og ved spidseværdier på over 135 dB, eller når støjen er stærkt generende, skal der bæres høreværn. Ved ramning af spuns er støjniveauet 137 dB. Godt høreværn kan normalt mindske risikoen for høreskader men dæmper kun lyden med cirka 34 dB. Undersøgelser har vist, at de dæmpingsværdier, der oplyses fra producenten, ikke svarer til den reelle effekt af høreværnet. Derfor anbefaler vi at belysne formålet høreværn eller anbringer sammen med høreværnet.

In case of noise exposures above 80 dB and peak levels above 135 dB, or when the noise is very annoying, hearing protection must be worn. **Wed ramming of spuns or spinniveauet 137 dB.** Usually, effective hearing protection reduces the risk of hearing damage, but it only attenuates the noise by about 34 dB. Surveys have shown that the attenuation values stated by the producer do not correspond with the real effect of the hearing protection. We therefore recommend using moulted hearing protection or ear plugs together with the hearing protection.



# Støjkampagne - ledelsesansvar

## Besøg medarbejderne

- Aflever og gennemgå kampagnefolderen om støj og plakaten om støjzoner Hæng plakaten op i skuret.
- Aflever 2 stk. kampagne T-shirts til hver person
- Afspil Sort Sol, Shaheeba bay på din pc
- Undersøg om De har fået Peltor III høreværn
- Undersøg om der er interesse for formstøbte DOT høreværn
- Vær behjælpelig med at bestille høreværn via fælleslageret
- Ved behov for særlige høreværn kontaktes JEJ, og det noteres i deres apv
- Tal med folkene om brug af høreværn, vigtigt at have dem på hele tiden
- Undersøg om De har fået tilbudt en høretest indenfor de sidste 3 år i PAA/ved ansættelsen



# Støjkampagne - mere information



**BAR Vejledning om støj**

[www.bar-ba.dk](http://www.bar-ba.dk)

OG

**Støj**

At-vejledning D.6.1-4

Juli 2007 – Opdateret oktober 2015

Beskyttelse mod udsættelse for støj i forbindelse med arbejdet

Arbejdstilsynets bekendtgørelse nr. 63 af 6. februar 2006

# Tak for opmærksomheden