

NADMĚRNÝ HLUK NA PRACOVÍŠTI

Jak ho změřit a co s ním dělat

1

Zjistěte, zda u vás na pracovišti nejsou **překročeny povolené hygienické limity hluku**. Orientační měření si můžete udělat sami např. digitálním hlukoměrem.

Hygienické limity hluku:

- **85 dB při fyzické práci** a osmihodinové pracovní době,
- **70 dB na stavbách či pracovištích pro výrobu a skladování**, kde hluk nevzniká samotnou pracovní činností, ale je způsoben větracím nebo vytápěcím zařízením těchto pracovišť,
- **50 dB při tvůrčí práci**, či jiné práci náročné na pozornost a soustředění.

2

Zjistili jste, že překračujete hygienické limity? Nechte si udělat kategorizaci prací (posouzení rizik na pracovišti). Při ní vám akreditovaná laboratoř změří hluk a následně stanoví ochranná opatření.

Akreditované měření hluku zajistí:

- Státní zdravotní ústav,
- oblastní zdravotní ústavy,
- soukromé firmy.

3

Jaká sluchátka zvolit?

- Při překročení expozice hluku **do 10 dB** doporučujeme zátkové chrániče,
- při expozici **nad 95 dB** vyberte chrániče sluchátkové,
- **nad 100 dB** se využívají protihlukové přilby.

Pokud hluk na pracovišti přesahuje povolený limit, budete muset provést jedno (či více) z těchto opatření:

- **Odstraňte nebo zeslabte zdroje zvuku** – použitím tlumičů, zakrytváním strojů nebo jejich přesunutím.
- **Zamezte šíření hluku** – pomocí akustických obkladů stěn a stropu, protihlukových zástěn nebo izolačních materiálů, které pohlcují hluk.
- **Zaměstnance vybavte ochrannými prostředky** – od 80 dB špunty do uší nebo sluchátka.