

Hoe hard is te hard?

Voor een werkdag van acht uur ligt de schadegrens bij 80 dB. Daar zit u al snel boven: het geluid in de berm van de snelweg ligt ongeveer op dit niveau.

dB Situaties

- 120 laag overvliegende straaljager
- 110 live optreden popgroep
- 100 spaanplaat op maat zagen bij de bouwmarkt
- 90 voorbijrijdende sneltrein op station
- 80 aan de kant van de snelweg
- 70 stofzuiger
- 60 normaal gespreksniveau
- 50 rustige woonwijk
- 40 rustige woonkamer
- 30 bibliotheek
- 20 stille slaapkamer

Wanneer wordt lawaai schadelijk?

Als u vijf dagen per week acht uur per dag werkt, is er tot 80 dB geen gevaar voor gehoorschade. Maar boven die grens neemt het risico dat uw gehoor wordt beschadigd snel toe.

Met iedere 3 dB erbij verdubbelt de hoeveelheid geluidsenergie, zodat de veilige blootstellingsduur halveert. Bij 83 dB kunt u dus nog maar vier uur per dag zonder risico werken. Bij 86 dB is dit hooguit twee uur op een dag. En bij 90 dB loopt u al na drie kwartier kans op een blijvende gehoorbeschadiging als u geen oorbeschermers gebruikt. Het probleem is dat een verschil van 3 dB nauwelijks hoorbaar is. Een tweemaal zo grote geluidsterkte ervaart u pas als het geluid 10 decibel harder is. Zo komt het dat de meeste mensen de schadelijkheid van geluid onderschatten.