

## MELUNTORJUNTAKEINOT

- Melun syntymisen estäminen
- Melun etenemisen estäminen
- Melun vaimentaminen akustoinnilla
- Henkilökohtaiset kuulonsuojaimet
- Melussaoloajan rajoittaminen

# ÄLÄ MELUA!

Melu on epämiellyttävää tai kuulolle haitallista ääntä. Melun tärkein haitta on meluvamma, eli kuulon alenema. Se syntyy sitä herkemmin, mitä voimakkaampi on ympäristön melutaso.

Melun aiheuttamaa kuulonalenemaa ei voi parantaa, mutta sitä on mahdollista ehkäistä!

## Meluvamma

Meluvamma voi tulla hitaasti hiipien vuosien altistuksen seurauksena. Vamman voi saada myös hetkessä äkillisestä ja kovasta melusta. Meluvamman riskiä lisäävät ääriä, lyhyet tauot, lääkkeet, tupakointi ja korkea verenpaine.

## Melun haittoja

Melu aiheuttaa kuulon aleneman lisäksi korvien soimista, stressiä, ärtyisyyttä ja unihäiriöitä sekä heikentää tasapainoaistia.

Melu myös häiritsee ja haittaa työntekoa keskittymistä vaativissa töissä, vaikka kuulovauriovaaraa ei vielä olisikaan. Melu lisää tapaturmariskiä.

## Suojaa kuulosi

Kuulonsuojaimia on käytettävä aina melulle altistuttaessa ja niiden on vaimennettava melua riittävästi. Hyvä kuulonsuojain ei eristä ympäristöstä täysin, vaan vaimentaa kovan melun ja päästää läpi kuultavaksi tarkoitetut äänet.

Käytä kuulonsuojainta koko melussaoloajan. Lyhytkin altistus melulle alentaa suojaustehoa merkittävästi.

## Riskirajat eri melutasoille

(dB) jatkuva A-äänitaso

85	8 tuntia
88	4 tuntia
94	1 tunti
100	15 minuuttia
106	4 minuuttia
112	1 minuutti
115	ei lainkaan!

## Meluhaitan riippuvuus melutasosta

Haitta	(dBA)
Vaikutus uneen	25–40
Yleinen häiriövaikutus, vaikutus suorituskykyyn, muut psyykkiset vaikutukset	30–40
Muutokset verenkierrossa ja muissa elintoiminnoissa	60–70
Keskustelun häiriintyminen	60–70
Keskustelun estyminen	80–90
Kuulon vioittuminen pitkäaikaisen altistumisen seurauksena	80–85
Kipukynnys	115–125

## Kuulonsuojain vaimentaa melua, kun

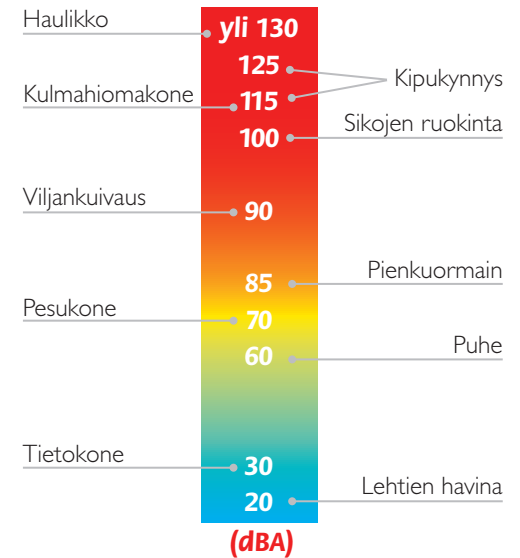
- valittu suojain on oikean tyyppinen
- suojain on käyttäjälleen sopiva
- suojain on asetettu paikoilleen oikein valmistajan ohjeiden mukaisesti
- hiukset, lakin reuna tai silmälasien sangat eivät estä tiivisterenkaita asettumasta tiiviisti päätä vasten
- suojainta käytetään koko melussaoloajan
- suojain huolletaan ja säilytetään oikein.

**Käytä kuulonsuojaimia, jos et pysty keskustelemaan metrin etäisyydeltä huutamatta!**

## Meluntorjuntakeinojen tärkeysjärjestys

1. Melun syntymisen estäminen, esimerkiksi hiljaiset koneet ja laitteet.
2. Melun etenemisen estäminen, melun eristäminen ja kotelointi.
3. Melun vaimentaminen, akustointi.
4. Henkilökohtaiset kuulonsuojaimet.
5. Melussaoloajan rajoittaminen.

## Melulähteet ja meluarvot



Lue lisää työturvallisuudesta [www.mela.fi](http://www.mela.fi)



MAATILAN  
PELLERVO