

ШУМ И ЕГО ВЛИЯНИЕ

НА ЗДОРОВЬЕ

ЧЕЛОВЕКА



## Аннотация

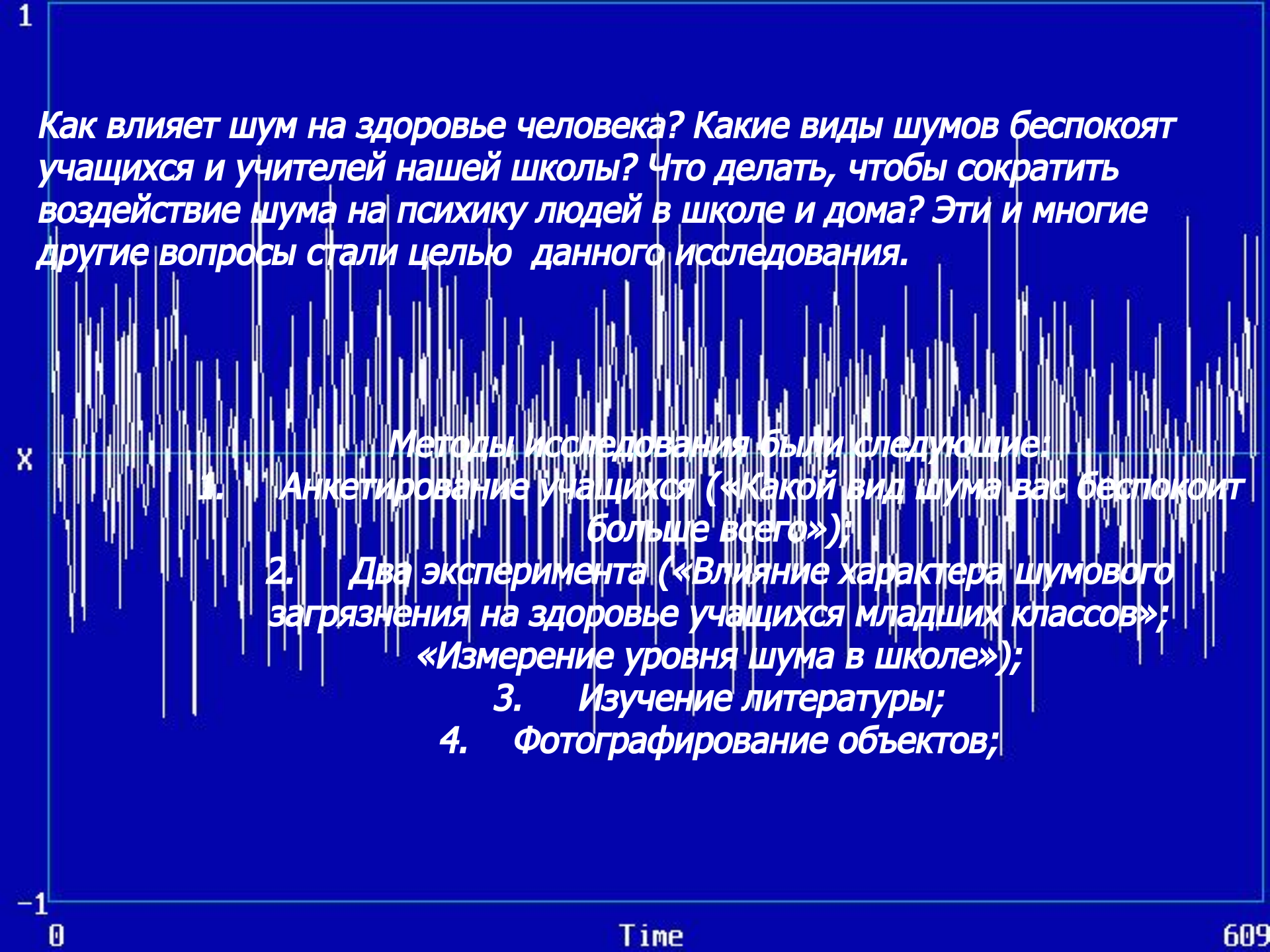
Человек всегда жил в мире звуков. Рядом с ним шумели леса, плескались волны, гремел гром и свистел ветер. Голоса природы господствовали в окружающей среде. По мере развития человеческой цивилизации в нашу жизнь врывается все больше звуков, многие из которых действуют разрушающе на здоровье человека. Возникла проблема шумового загрязнения.

Советский энциклопедический словарь дает следующее определение шума: «шум – это беспорядочные звуковые колебания разной физической природы, характеризующиеся случайным изменением амплитуды, частоты. В быту - звуки, мешающие восприятию речи, музыки, отдыху, работе».

За последние десятилетие проблема борьбы с шумом во многих странах стала одной из важнейших. Внедрение в промышленность новых технологических процессов, рост мощности и быстроходности технологического оборудования, механизация производственных процессов привели к тому, человек в производстве и в быту в больших городах постоянно подвергается воздействию шума высоких уровней. Но и наше курортное село не исключение, и страдает от шумового загрязнения.

1

*Как влияет шум на здоровье человека? Какие виды шумов беспокоят учащихся и учителей нашей школы? Что делать, чтобы сократить воздействие шума на психику людей в школе и дома? Эти и многие другие вопросы стали целью данного исследования.*



*Методы исследования были следующие:*

- 1. Анкетирование учащихся («Какой вид шума вас беспокоит больше всего»);*
- 2. Два эксперимента («Влияние характера шумового загрязнения на здоровье учащихся младших классов»; «Измерение уровня шума в школе»);*
- 3. Изучение литературы;*
- 4. Фотографирование объектов;*

*В ходе исследовательской работы было выяснено, шум не только бич современности. Из-за шума у человека возможны нервные расстройства, ведущие к серьезным заболеваниям.*

*Чтобы снизить шумовое загрязнение необходимо целый ряд мероприятий: упорядочение транспортных потоков, снижение шума двигателей, рациональная планировка и правильное размещение застройки на примагистральной территории, специальные посадки деревьев и насаждений, « акустические заборы», соблюдение норм и правил общежития*



# Источники шума

Транспорт



Среда обитания



Звукоспроизводящая аппаратура, музыкальные инструменты



Инженерное и сантехническое оборудование жилья: лифты, мусоропроводы, водопровод и т.д.

Бытовая техника: холодильники, стиральные машины, пылесосы и др.



Промышленные и энергетические установки




Спортивные и игровые площадки во дворе



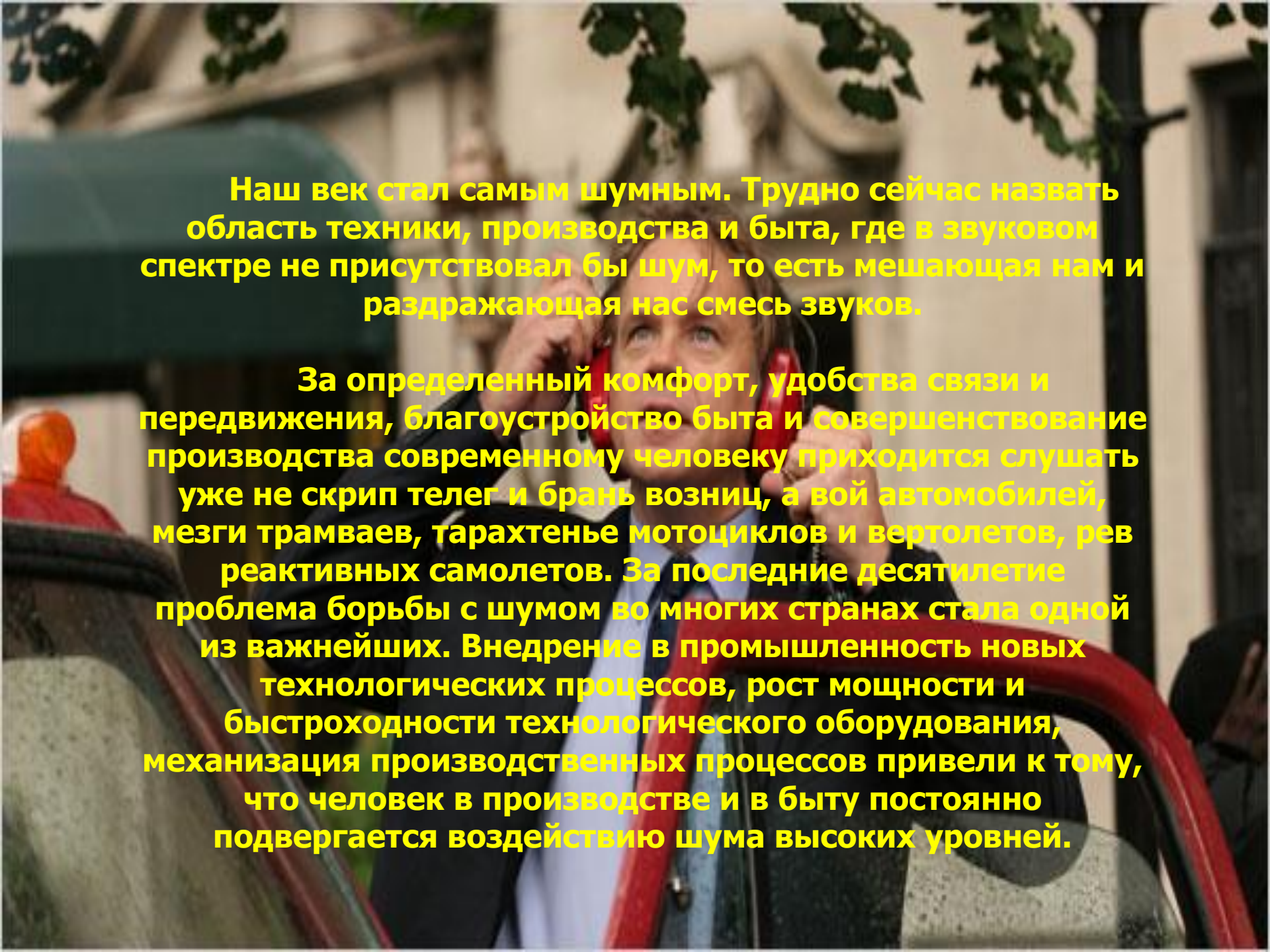
Передвижение и разговор людей в жилых и нежилых помещениях



A woman with dark hair, wearing a white long-sleeved top and shorts, is sitting in a lotus position on a large, dark, wet rock. She has her eyes closed and her hands resting on her knees in a mudra. The background is a lush green forest with trees and foliage. The text is overlaid on the image in a white, bold font.

**Его невозможно ни увидеть, ни потрогать, ни определить по запаху, ни попробовать на вкус. Шум-бич современности, не выпуская из своих цепких лап городских жителей, уже добрался и до сельчан. Один американский естествовед говорит, что в наши дни становится все сложнее и сложнее записывать звуки окружающей природы. В 1986 году он обнаружил 21 местность в штате Вашингтон, где в течение 15 минут тишина не нарушалась резкими посторонними звуками. Через пять лет осталось только три таких места. В наши дни далеко не всякий сумеет назвать хотя бы одно такое место. Исступленный лай собаки, грохот музыки из окон соседнего дома, бесконечно гудящая сирена автосигнализации, неумолкающее радио в чьей-то машине - все эти звуки стали неотъемлимой частью нашей жизни.**

Но шум досаждал людям и раньше. Он был известен еще с незапамятных времен. Юлий Цезарь, чтобы избежать заторов на дорогах, запретил движение транспорта по центральной улице Рима. Теперь повозки и деревянными и кованым железом колесами грохотали по мостовой ночью, от такого шума страдали и римляне, и сам Цезарь. Спустя более сто лет римский сатирик Ювенал с горечью заметил, что шум довел жителей Рима до хронической бессонницы. По его утверждению, в столице было трудно заснуть - скрип, грохот обозов на узких улицах, мешали сну, раздражали. Он писал: «Большая часть больных, умирают в Риме от бессонницы». Но все же эти шумы были более или менее терпимы для человеческого уха, и только в наше время проблема шума дала о себе знать.



**Наш век стал самым шумным. Трудно сейчас назвать область техники, производства и быта, где в звуковом спектре не присутствовал бы шум, то есть мешающая нам и раздражающая нас смесь звуков.**

**За определенный комфорт, удобства связи и передвижения, благоустройство быта и совершенствование производства современному человеку приходится слушать уже не скрип телег и брань возниц, а вой автомобилей, мезги трамваев, тарахтенье мотоциклов и вертолетов, рев реактивных самолетов. За последние десятилетие проблема борьбы с шумом во многих странах стала одной из важнейших. Внедрение в промышленность новых технологических процессов, рост мощности и быстроходности технологического оборудования, механизация производственных процессов привели к тому, что человек в производстве и в быту постоянно подвергается воздействию шума высоких уровней.**





*Шум и его виды*

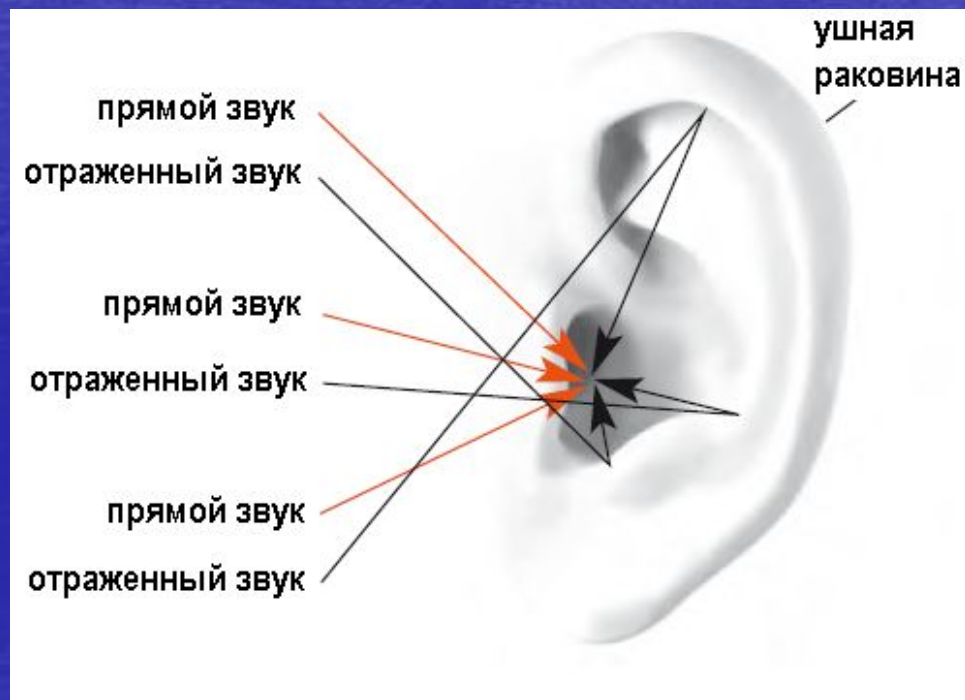
## **1.1 Что такое шумовое загрязнение?**

**Человек всегда жил в мире звуков. Рядом с ним шумели леса, плескались волны, гремел гром и свистел ветер. Голоса природы господствовали в окружающей среде. По мере развития человеческой цивилизации в нашу жизнь врывается все больше звуков, многие из которых разрушающе действуют. И вот возникла проблема шума и заявила о себе в полный голос. В наши дни люди, борющиеся против шумового загрязнения среды, сосредотачивают свое внимание главным образом на аэропортах. Но не менее сложной представляется и проблема «шумоизоляции» проезжей части. Шум беспокоит все большее количество людей. Во многих странах людей беспокоит отсутствие тишины в стенах собственного дома. Например, громкая музыка поздно вечером, сигнализация и громкие гудки машин.**



**В различных странах понятие «шум» определяется по-разному. В Мексике шумом считается «всякий звук, который является раздражающим и вредным для людей». В некоторых других странах считается, что шум превышает допустимый уровень, если «нарушает покой человека и причиняет ему неудобство».**

*Шум - это беспорядочные звуковые колебания разной физической природы, характеризующиеся случайным изменением амплитуды, частоты. В быту - звуки, мешающие восприятию речи, музыки, отдыху, работе*



## 1.2 Единицы измерения шумов.

Уровни шума измеряются в единицах, выражающих степень звукового давления. Они связаны с именами двух известных ученых - А.Г. Белла, изобретателя телефона, и Генриха Герца, немецкого физика. В беллах или чаще, в децибелах измеряется относительная громкость звука. Также звук измеряют и в Герцах. Но кто определяет, когда шум вреден, а когда - нет? Сам человек, поскольку ухо человека является «самым точным измерительным прибором»

Дело в том, что человеческое ухо обладает чрезвычайно большим диапазоном чувствительности - от 20 дБ до 120 дБ, что соответствует энергии в 10 раз.

## 1.3. Виды шумов

производственные

непроизводственные



Шумовое загрязнение в городах практически всегда имеет локальный характер и преимущественно вызывается средствами транспорта.

Также есть и благоприятные шумы.

- шум прибоя
- журчание родника
- шелест листвы
- шум дождя
- птичьи голоса

Эти звуки всегда приятны человеку. Они его успокаивают, снимают стрессы.



# ВЛИЯНИЕ ШУМА НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА



## **2.1. Источники шумового загрязнения и их характеристика.**

Основным источником городского шума является автомобильный транспорт, главным образом грузовой. Повышается шум при эксплуатации транспортных средств с неисправными и неотрегулированными двигателями. Промышленные предприятия, расположенные вблизи жилой застройки также являются источниками шума, но их действие "смягчается" при наличии шумозащитной зеленой массы. На большей части города, где преобладают частные домовладения, шумовая нагрузка не выше допустимой. Шумовой режим города прежде всего связан с проблемой развития и организации наземного транспорта. При высокой интенсивности движения городского транспорта на главных автомагистралях уровень шума достигает 75-80 дБ, а на территории ближайшей жилой застройки - 70-75 дБ. Причины акустического дискомфорта связаны и с недостаточно рациональными приемами старой застройки, не соответствующей современным градостроительным требованиям. Улицы, в большинстве своем узкие, делят городскую застройку на маломерные кварталы и образуют множество перекрестков в одном уровне. Кроме того, транспортные потоки не дифференцированы по видам автомобилей. Наблюдения показали, что в озелененных кварталах при движении грузового автотранспорта только на расстоянии не менее 150-200 м от проезжей части происходит снижение уровня шума до нормативного.

## 2.2. Шум и здоровье человека.

Акустические раздражения, подобно яду, накапливаются в организме, все сильнее угнетая нервную систему. Кажущееся привыкание к чрезмерно громким звукам вовсе не исключает их вреда. В зависимости от уровня и характера шума, его продолжительности, а также от индивидуальных способностей человека, шум может оказывать на него различные действия. Для человека практически безвреден шум в 20-30 дБ, 80 дБ - допустимая граница, а 150 дБ уже непереносимы. Раньше даже существовала казнь «под колоколом», звон которого убивал приговоренного. Длительное воздействие громкого шума на человека ведет к снижению производительности труда на 60%. В праздничные дни в городах и в других местах скопления людей устанавливаются мощные звукоусилители, передающие в течение долгого времени музыку, которая лишает многих городских жителей сна и отдыха.



По данным австралийских исследователей, шум в больших городах сокращает продолжительность жизни на 8-12 лет. Наибольшая зависимость между беспокоящим действием шума и характером трудовой деятельности человека. Так, по данным опроса, выявлено, что на людей, занятых умственным трудом шум оказывает большее влияние, чем на людей занятых физическим трудом. В настоящее время врачи говорят о **шумовой болезни**.



За последние десятилетие проблема борьбы с шумом во многих странах стала одной из важнейших. Внедрение в промышленность новых технологических процессов, рост мощности и быстроходности технологического оборудования, механизация производственных процессов привели к тому, что человек в производстве и в быту постоянно подвергается воздействию шума высоких уровней. Борьба с шумом, является комплексной проблемой. В статье 12 Закона "Об охране атмосферного воздуха", принятого в 1980г. отмечается, что «в целях борьбы с производственными и иными шумами должны в частности, осуществляться: внедрение малошумных технологических процессов, улучшение планировки и застройки городов и других населенных пунктов, организационные мероприятия по предупреждению и снижению бытовых шумов».



Воздействие шума зависит также и от индивидуального отношения к нему. Так шум, производимый самим человеком, не беспокоит его, в то время как небольшой посторонний шум может вызвать сильный раздражающий эффект. Отсутствие необходимой тишины, особенно в ночное время, приводит к преждевременной усталости. Шумы высоких уровней могут явиться хорошей почвой для развития стойкой бессонницы, неврозов и атеросклероза. Под воздействием шума от 85 – 90 ДБ снижается слуховая чувствительность на высоких частотах. Долгое время человек жалуется на недомогание. Симптомы: головная боль, головокружение, тошнота, чрезмерная раздражительность. Влияние шума на человека до некоторых пор не было объектом специальных исследований. Ныне воздействие звука, шума на функции организма изучает целая отрасль науки – **аудиология**. Было установлено, что шумы природного происхождения (шум морского прибоя, листвы, дождя, журчание ручья и другие) благотворно влияют на человеческий организм, успокаивают его, навевают целительный сон. Среди органов чувств слух – один из важнейших. Благодаря ему, мы способны принимать и анализировать все многообразие звуков, окружающей нас внешней среды. Слух всегда бодрствует, в известной мере даже ночью, во сне. Он постоянно подвергается раздражению, ибо не обладает никакими защитными приспособлениями. Ухо – один из наиболее сложных и тонких органов он воспринимает и очень слабые, и очень сильные звуки.

30 50 100 200 300 500 1K 2K 3K 5K 10K 20K 30K 50K Hz

ИССЛЕДОВАНИЯ ВЛИЯНИЯ ШУМА

НА УЧАЩИХСЯ

ШКОЛЫ

**Шум оказывает вредное воздействие на человека, он утомляет, раздражает, мешает сосредоточиться.**

### **Методы исследования:**

- 1. анкетирование учащихся и учителей « Какой вид шума вас беспокоит больше всего»;**
- 2. два эксперимента ( «Влияние характера шумового загрязнения на здоровье учащихся младших классов»; «Измерение уровня шума в школе»);**
- 3. фотографирование « шумовых заборов»;**
- 4. изучение литературы**

# Анкетирование учащихся и учителей «Какой вид шума вас беспокоит больше всего?»

Больше всего

раздражают:

## учащихся

1. Дети (80);
2. шумы в соседних помещениях (62);
3. звонки и голоса взрослых (58).

## учителей:

- 1.тяжелая музыка (20);
- 2.шумы в соседних помещениях (17);
- 3.дети (11)



**Работу выполнила**  
**ученица 11 класса**  
**Чуприкова Татьяна**  
**Ученица МБОУ-СОШ с.Чиганак**  
**Саратовской области**  
**Аркадакского района**