

## Fragebogen

## „Testen Sie Ihr Wissen über Gefahren durch Lärm“



Unternehmen :  
 Name :  
 Vorname :  
 Datum :

*Die Gefahren einer Schädigung durch Lärm sind hoch. Lärm ist ein Risikofaktor am Arbeitsplatz, der bekämpft werden muss. Aber wie gut kennen Sie sich mit dem Thema „Schädigung durch Lärm“ wirklich aus? Machen Sie den Test mit unserem Fragebogen!*

1. Ab wie viel Dezibel wirkt sich Lärm schädlich auf die Gesundheit aus?
  - 60 dB
  - 80 dB
  - 100 dB
2. Ein längerer ungeschützter Aufenthalt im Lärmbereich kann folgende Schädigungen verursachen
  - Gehörverlust, Stress, Unfallrisiken, Schlafstörungen und Herz-Kreislauf-Störungen
  - Leichte Schwerhörigkeit
  - keine Schädigungen
3. „Die Gefährlichkeit des Lärmpegels (in dB) ist abhängig von der Zeit, die das Gehör dem Lärm ausgesetzt ist“
  - Stimmt
  - Stimmt nicht
4. „Ein wirksamer Gehörschutz lässt überhaupt keine Geräusche durch“
  - Stimmt
  - Stimmt nicht
5. Riskiere ich Lärmschäden, wenn ich meinen Gehörschutz herausnehme, um mich mit Kollegen zu unterhalten?
  - Ja
  - Nein
6. In welcher Höhe nimmt die Lärmintensität zu, wenn sich die Lärmquelle verdoppelt?
  - um 3 dB(A)
  - um 5 dB(A)
  - um 10 dB(A)
7. Wann sollte ich meinen Gehörschutz einsetzen?
  - Unmittelbar vor dem Betreten des Lärmbereichs
  - Eine Stunde nachdem ich den Lärmbereich betreten habe
  - Einige Stunden nachdem ich den Lärmbereich betreten habe
8. Wie lange sollte ich meinen Gehörschutz tragen, um wirksam geschützt zu sein?
  - 50 % der Zeit im Lärm
  - 70 % der Zeit im Lärm
  - 100 % der Zeit im Lärm
9. Kann die Verwendung eines Gehörschutzes das weitere Fortschreiten eines bereits vorhandenen Gehörschadens stoppen?
  - Ja
  - Nein
10. „Lärmbedingte Schwerhörigkeit ist unheilbar“
  - Stimmt
  - Stimmt nicht

Überprüfen Sie jetzt anhand der Auflösung, ob Ihre Antworten richtig sind !

# Antworten zum Fragebogen „Testen Sie Ihr Wissen über Gefahren durch Lärm“



Hier finden Sie die Antworten zum Fragebogen „Testen Sie Ihr Wissen über Gefahren durch Lärm“

1. **Ab wie viel Dezibel wirkt sich Lärm schädlich auf die Gesundheit aus?**  
 80 dB.  
 Bereits ab 74 dB wirkt sich Lärm **störend** auf den Organismus aus, ab 80 dB ist er **schädlich**.
2. **Ein längerer ungeschützter Aufenthalt im Lärmbereich kann folgende Schädigungen verursachen:**  
 Gehörverlust, Stress, Unfallrisiken, Schlafstörungen und Herz-Kreislauf-Störungen  
 Schädigungen im Zusammenhang mit Lärm können vielfältig und zahlreich sein: Nervosität, Ohrgeräusche (Tinnitus), Reizungen, Atemnot, Schwindel, Verdauungsstörungen, Hände zittern, etc.
3. **„Die Gefährlichkeit des Lärmpegels (in dB) ist abhängig von der Zeit, die das Gehör dem Lärm ausgesetzt ist“**  
 Stimmt  
 Je höher die Intensität, umso gefährlicher ist es, sich **ungeschützt dem Lärm auszusetzen**. Die Auswirkungen von Lärm über eine Zeit von **8 Stunden bei 80 dB(A), 45 Minuten bei 90 dB(A) oder 5 Minuten bei 100 dB(A)** sind **nahezu gleich**.
4. **„Ein wirksamer Gehörschutz lässt überhaupt keine Geräusche durch“**  
 Stimmt nicht  
 Wenn ein Gehörschutz keine Sprachfrequenzen durchlässt, spricht man von einer „**vollständigen Isolation**“ des Benutzers. Um beispielsweise das Anfahren eines Motors hören zu können, ist es erforderlich, dass man einen Gehörschutz trägt, der nicht alle Frequenzen gleich stark dämmt und trotzdem das Gehör in ausreichender Weise schützt.
5. **Riskiere ich Lärmschäden, wenn ich meinen Gehörschutz herausnehme, um mich mit Kollegen zu unterhalten?**  
 Ja  
 Wenn ich meinen Gehörschutz herausnehme, um mich mit Kollegen zu unterhalten, **bin ich überhaupt nicht** geschützt, und das ist gefährlich für das Gehör, insbesondere wenn **der Lärmpegel sehr** hoch ist.
6. **In welcher Höhe nimmt die Lärmintensität zu, wenn sich die Lärmquelle verdoppelt?**  
 um 3 dB(A)  
 Beispiel : 1 Presslufthammer = 110 dB(A)  
           2 Presslufthammer = 110+3 = 113 dB(A)  
           4 Presslufthammer = 113+3 = 116 dB(A)
7. **Wann sollte ich meinen Gehörschutz einsetzen?**  
 Unmittelbar vor dem Betreten des Lärmbereiches  
 Es ist wichtig, sich zu **100 % der Zeit im Lärm zu schützen**.
8. **Wie lange sollte ich meinen Gehörschutz tragen, um einen wirksamen Schutz zu erzielen?**  
 100 % der Zeit im Lärm  
 Ein ungeschütztes Ohr ist bereits in einem Zeitraum von 5 Minuten den schädlichen Auswirkungen des Lärms ausgesetzt. Wenn der Gehörschutz nur gelegentlich getragen wird, **besteht während der übrigen Zeit eine Gefahr für das Gehör**.
9. **Kann die Verwendung eines Gehörschutzes das weitere Fortschreiten eines bereits vorhandenen Gehörschadens aufhalten?**  
 Ja  
 Wenn jemand unter leichter Schwerhörigkeit leidet, **verhindert das Tragen eines** Gehörschutzes während 100 % der Zeit im Lärm **das Fortschreiten dieser Schwerhörigkeit**. Das Tragen des Gehörschutzes kann jedoch den bereits vorhandenen Gehörschaden nicht beheben.
10. **„Lärmbedingte Schwerhörigkeit ist unheilbar“**  
 Stimmt  
 Lärmbedingte Schwerhörigkeit ruft Schäden im Innenohr hervor. Bisher gibt es keine Möglichkeit, diese Schäden chirurgisch zu beheben, der Schaden ist daher irreversibel.

## Auswertung des Tests:

### 8 bis 10 richtige Antworten:

Herzlichen Glückwunsch, Sie sind sich der Gefahren des Lärms bewusst. Schützen Sie sich weiterhin 100 % der Zeit im Lärm mit Ihrem Gehörschutz.

### 7 bis 5 richtige Antworten:

Schützen Sie sich vor den schädlichen Auswirkungen des Lärms, denn der

Gehörverlust nach längerem Aufenthalt im Lärm ist irreversibel! Außerdem verursacht Lärm weitere gesundheitliche Schäden wie Herz-Kreislauf-Störungen, Stress, Verdauungsstörungen, etc. Um sich optimal zu schützen, sollten Sie Ihren Gehörschutz zu 100 % der Zeit im Lärm tragen.

### 4 bis 0 richtige Antworten:

Sie sind nicht ausreichend über die schädlichen Auswirkungen des Lärms auf Ihr Gehör und Ihre Gesundheit informiert. Wir empfehlen Ihnen, sich an Ihren Sicherheitsbeauftragten, Betriebsarzt oder Werksarzt zu wenden, um mehr über dieses Thema zu erfahren. Weitere Informationen finden Sie auch im Internet unter [www.cotral.de](http://www.cotral.de).