

Чем вреден шум?

В век информационного и технологического прогресса быстрыми темпами строятся и разрастаются города различных стран, из небольших городков превращаясь в мегаполисы, в которых каждый день, двадцать четыре часа в сутки, что-то происходит.

Люди, живущие в этих городах, подвержены различным стрессам, болезням в сравнении с людьми, живущие за пределами города. Одна из причин: в городах много **шума**, который окружает нас - шум машины, магнитофона, пылесоса, крик ребенка и так далее.

Многочисленными исследованиями доказано, что люди, длительное время вынужденные переносить шум, превышающий допустимые нормы, страдают от нарушения деятельности центральной нервной системы. У них появляются бессонница, раздражительность, а то и неврозы, частые жалобы на падение работоспособности, быструю утомляемость, головную боль. Шум крайне противопоказан творчеству: литературному, музыкальному, художественному, научному. Не случайно в свое время великий композитор П. И. Чайковский писал: «Никакого шума я буквально переносить не могу... каждый проезжающий экипаж раздражает и приводит меня в состояние бешенства. Каждый крик, каждый звук раздражает мне нервы».

Ученые установили, что уличный шум силой в 55 децибел, проникающий в рабочий кабинет, уже мешает умственной работе. 55 децибел – много это или мало? Приведу некоторые сравнительные данные: шелест листвы, скажем, равняется лишь 10-15 децибелам; шум от легкового автомобиля – 70, от грузовика – 90 децибелам. Известно, что шум, равный 35 децибелам, уже может нарушить сон. Исследования показали, что у школьников при шуме в 65 децибел на 12-15 % снижается внимание, увеличивается число ошибок и даже ухудшается зрение. А ведь в больших городах шум, проникающий в школу, равен 85 децибелам и более.

О **вредном влиянии шума** на производстве писал еще знаменитый гигиенист Б. Рамаццини в своем классическом труде «О болезнях ремесленников» (1700). Позже многими наблюдениями было доказано, что сильный шум вызывает прогрессирующую глухоту у ткачей, котельщиков, молотобойцев и рабочих других специальностей. Исследования нашего времени приводят все новые и новые данные о воздействии шума на весь организм. Известный советский терапевт А. Л. Мясников указывал на роль

Чем вреден шум

Автор: admin

18.03.2012 18:13 -

шумового фактора в возникновении гипертонической болезни. Была установлена роль шума и в возникновении стенокардии и язвенной болезни.

Да, действительно, одному приятен грохот современной музыки под самым ухом, а другому он невыносим. Но вне зависимости от субъективного восприятия шум вреден для всех людей. Это чрезвычайно важный вывод.

Автор - **Петр Шишкин**

[Источник](#)