

21.5.2015

הדגמת אפקט הפגיעה בשמיעה כתוצאה מחשיפה לרעש

מאת אמיר שקד, מנהל מרכז מידע ואינטרנט

פגיעה במערכת השמע כתוצאה מחשיפה ממושכת לרעש גבוהות – כתלות במשך החשיפה, הינה בלתי הפיכה.

הפגיעה האופיינית מתרחשת בהדרגה ובשלבים הראשונים שלה אנחנו כלל לא מודעים לה, עד אשר היא משפיעה בצורה חריפה.

לצורך מניעת המשך החשיפה לרעש במקומות עבודה, אין להסתמך על מגיני שמיעה - יש להעדיף תמיד פתרונות הנדסיים כשהטוב מכולם הוא BYE QUIT.

מקורות הרעש הינם מגוונים וניתן לאתר אותם כמעט בכל אחד מענפי התעסוקה.

רעש ברמות חשיפה גבוהות ניתן למצוא בענפים כגון בניה, ייצור, עיבוד עץ, בידור וכדומה כאשר גורם הרעש יכול להיות עבודה שאנו או אחרים סביבנו מבצעים.

פגיעה כתוצאה מחשיפה לרעש היא מסוג הפגיעות לגביון אדם לרב חושב "לי זה לא יקרה", אולם למי שחווה פגיעה כזו נותר רק להצטער מאוד על כי חשב בצורה זו.

הפגיעה מתבטאת למשל בכך שלאט לאט אנחנו מפסיקים לשמוע מוזיקה, את הנכדים, בני המשפחה פונים אלינו על מנת שננמיך את הרדיו ועוד ועוד.

מצורת הדמיה להדגמת הפגיעה בשמיעה במהלך שנות עבודתו של אדם.

עם ההזדקנות מתרחשת אצל רובינו ירידה בשמיעה – במיוחד בתדרים הגבוהים. עם זאת, הפגיעה הנוספת כתוצאה מחשיפה למפלסי רעש גבוהים הינה ברת מניעה.

על מנת לחוות את המודגם בהקלטה, יש לשמוע אותה באזניות בלבד ולהשאיר את רמת הווליום קבועה – על בערך 2/3 מהעוצמה המרבית.

לשמיעת ההדגמה בצעו את הפעולות הבאות:

1. היכנסו לאתר:

<http://www.hse.gov.uk/noise/demonstration.htm>

2. לחצו על כפתור ה - play כמסומן מטה ברבוע הירוק

Noise induced hearing loss demonstration

Download

[Audio demonstration of noise induced hearing loss \[4 mins - 4MB\]](#) (right click & "save target as / link as")

Listen online



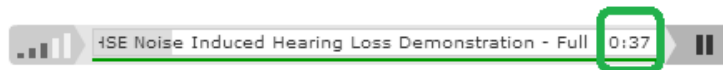
3. שימו לב לזמן מתחילת ההקלטה כמסומן מטה ברבוע הירוק

Noise induced hearing loss demonstration

Download

[Audio demonstration of noise induced hearing loss \[4 mins - 4MB\]](#) (right click & "save target as / link as")

Listen online



להלן דגשים מרכזיים מול נקודות זמן (-בדקות) המוצגות בהקלטה:

איכות שמיעה	גיל	זמן מתחילת ההקלטה
שמיעה טובה	18	1:18
לעת זו הירידה באיכות השמיעה אינה משמעותית עדיין כי אינה פוגעת בתקשורת עם אנשים אחרים. לפיכך אין אנו שמים לב כי למעשה אנו בתהליך שסופו עלול להתבטא	20	1:27

איכות שמיעה	גיל	זמן מתחילת ההקלטה
בחרשות.		
הפגיעה כבר באה לידי ביטוי באובדן שמיעה: אנו לא מצליחים לשמוע חלק נרחב מהשיחה שמנהלים עימנו בסביבה רועשת כגון בפאב, ומתקשים בשמיעה גם בסביבה שקטה. בשלב זה קיימת פגיעה בלתי הפיכה, אך עדיין ניתן למנוע את הידרדרותה.	40	1:55
הפגיעה כתוצאה מתהליך ההזדקנות ומהחשיפה לרמות רעש חריגות מתבטאת באובדן שמיעה משמעותי מאד - אפילו במקום שקט כגון בביתנו הפרטי, לא נצליח לשמוע הרבה מהנאמר בשיחות עימנו	65	2:48
איכות שמיעה טובה יותר כפי שניתן לשמר בגיל 65 ללא חשיפה לרמות רעש גבוהות	65	3:34
בעיות נוספות הנוצרות מחשיפה לרמות רעש גבוהות, כוללות שמיעת רעש באופן קבוע (גם אם לא קיים רעש בסביבה) כגון, זמזומים, צלצולים צפופים (-תופעה המכונה טינטון). הסבל מתופעת הטינטון בולט בעיקר כאשר נמצאים במקום שקט וכאשר הולכים לישון.	חוצי גילאים	3:50

המסר: אחרי שחווינו כיצד עלולים לבוא לידי ביטוי הנזקים הנלווים לחשיפה לרמות רעש גבוהות, עלינו לנקוט בצעדים הראויים כדי למנוע חשיפה זו.

בישראל, תקנות הבטיחות בעבודה (גיהות תעסוקתית ובריאות העובדים ברעש), התשמ"ד 1984, הן התקנות המרכזיות המתייחסות לנושא זה וניתן למצוא אותן ב: