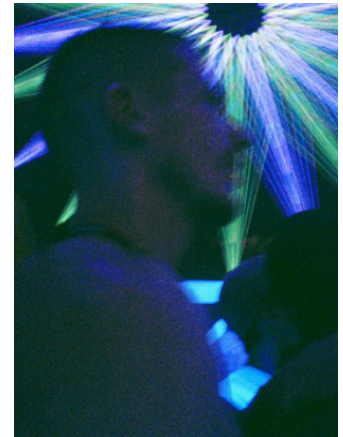


Lärmpegel in Clubs und Diskotheken

Verantwortlicher Umgang mit der Lautstärke

Musikhören und Tanz gehören zu den Dingen, die Spaß machen. Dabei durchdringt heute elektronisch verstärkte Musik unser Leben allerorts, sei es in Diskotheken, bei Konzertveranstaltungen oder aus MP3-Playern. Und gerade deshalb ist es wichtig, dass wir unsere Ohren nicht überlasten. Mittlerweile werden allerdings so hohe Lautstärken erreicht, dass die Grenze zur Gehörgefährdung überschritten wird.

Messungen in Berliner Clubs und Diskotheken ergaben auf der Tanzfläche Musikschallpegel zwischen 92 und 110 dB(A). In Lautsprechernähe wurden nicht selten mehr als 120 dB(A) gemessen. Diese Lautstärke kann bei häufiger Einwirkung zu unheilbaren Innenohrschäden führen.



Jeder Vierte zwischen 18 und 24 Jahren leidet bereits unter lärmbedingten Hörschäden, obwohl noch nie in Lärmberufen gearbeitet wurde. Aktuelle Zahlen der Techniker Krankenkasse (TK) deuten auf einen dramatischen Anstieg. In Berlin haben sich die Hörgeräte-Verordnungen unter den 15- bis 30-Jährigen 2007 im Vergleich zum Vorjahr fast verdreifacht. Bundesweit hat die Techniker Krankenkasse (TK) in dieser Altersgruppe im Jahr 2007 über eine Million Euro dafür ausgegeben.

Was sind die Folgen?

Zu laute Musik kann drastische Folgen haben:

- Vorübergehende Hörstörungen, Taubheit und Ohrenpfeifen
- Dauerhafte Schwerhörigkeit
- Verminderung von Arbeits- und Schulleistungen

Schwerhörigkeit ist nicht heilbar

Besonders Musik in hohen Tönen kann unser hochsensibles Innenohr überlasten. Zuerst nimmt die Empfindlichkeit der Gehörsellen ab, wobei das Gefühl zu verspüren ist, man habe „Watte“ in den Ohren. Jetzt brauchen die Ohren Ruhe!

Kritisch wird es, wenn sich solche Überlastungen wiederholen. Dann nämlich bleibt die notwendige Erholung des Gehörs unvollständig, und die Gehörsellen sterben mit der Zeit ab. Weder Operationen noch Medikamente können sie wieder zum Leben erwecken. Die Folge ist ein zeit lebens bestehender Hörverlust!

Und was besonders heimtückisch ist

- Lärm schädigt ohne warnende Schmerzsymptome, auch dann, wenn man meint, die Lautstärke gut zu ertragen,
- meistens vergehen mehrere Jahre, bis die Schwerhörigkeit spürbar wird,
- ein Gehörschaden ist nicht nur im Alltag lästig, viele Berufe können Hörgeschädigte gar nicht erst erlernen bzw. nicht mehr ausüben,
- ca. 30% der Hörgeschädigten leiden zusätzlich unter quälenden Ohrgeräuschen.

Lärmgewöhnung ist daher ein Trugschluss!

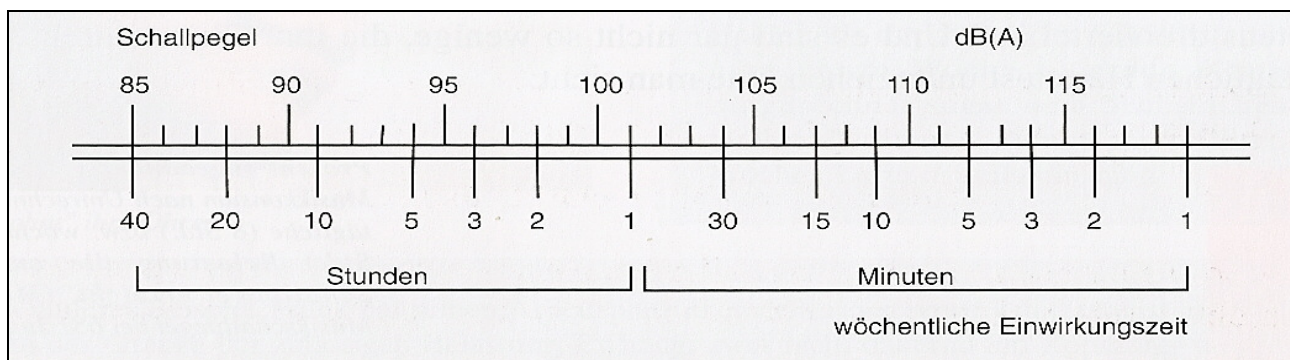
Laut ist out!

Musik in Clubs und Diskotheken muss nicht extrem laut sein. Nach einer Aufklärung zum Thema „Hörschäden durch Musiklärm“ und anschließender Befragung im Jahre 1999 wünschten zwei Drittel der Jugendlichen keine „extrem lauten“ oder „sehr lauten“ Pegel mehr auf der Tanzfläche, weil eine Unterhaltung kaum noch möglich ist. Andere klagten sogar schon über Schmerz- und Taubheitsempfindungen. Nur etwa 10% der Jugendlichen gaben an, dennoch „extrem laute“ oder „sehr laute“ Pegel zu akzeptieren.

Auch ein von der TU Dresden im Jahre 2000 zu dieser Problematik bearbeitetes Projekt kam zu dem Ergebnis, dass Kenntnis über gehörschädigende Wirkungen von Lärm mit der Bereitschaft korreliert, verhältnismäßig niedrige Schallpegel bei Musikveranstaltungen zu akzeptieren. (Nenn-ecke, TU Dresden)

Wie laut ist zu laut?

Ob Lärm dem Gehör schadet, hängt vom Schallpegel und der Belastungsdauer ab.



Auch wenn diese Abbildung nur eine Orientierung sein kann und Erholungsphasen außer acht lässt, ist dieses „Lärmdosimeter“ eine wichtige Hilfe. Auf der oberen Skala der Grafik sind die Schallpegel eingetragen. Auf der unteren Skala kann die *maximal zulässige Einwirkungszeit* in Minuten oder Stunden *pro Woche* in Abhängigkeit vom *Schallpegel* (oberen Skala) abgelesen werden.

Jede Dauerbelastung – egal ob laute Musik oder am Arbeitsplatz - die 85 dB(A) für längere Zeit überschreitet, schadet dem Gehör. Deshalb: Je länger die Veranstaltung, desto niedriger der mögliche Schalldruckpegel („Lärmdosis“-Verfahren).

Wenn Sie wissen wollen, was Sie Ihren Ohren insgesamt pro Woche zumuten können, müssen Sie alle wesentlichen Lärmbelastungen in der Freizeit und Arbeit summieren!

Drei Beispiele:

1. Ein Diskobesuch von 4 Stunden pro Woche mit 95 dB(A) ist hinsichtlich des Gehörschadensrisikos genau so zu bewerten, wie ein Dauerschallpegel mit 85 dB(A) über einen Zeitraum von 40 Stunden pro Woche für Arbeitnehmer - nur mit dem Unterschied, dass an Arbeitsplätzen das Tragen von Gehörschutz obligatorisch ist.
2. Bei einem Diskobesuch mit 98 dB(A) ist die erlaubte wöchentliche Lärmdosis bereits nach 2 Stunden erreicht – kein Lärm mehr aus MP3-Playern!
3. Laute Musik im Kopfhörer mit 95 dB(A) kann den Ohren 4 Stunden pro Woche zugemutet werden – kein Diskobesuch mehr erlaubt

Publikumsschutz

Beschallungsanlagen bei Musikveranstaltungen können bei unsachgemäßem Einsatz der Technik Schallpegel erzeugen, die das Gehör des Publikums, wie vorstehend beschrieben, schädigen.

Es wird daher außerordentlich begrüßt, dass in der Neufassung der **DIN 15905-5: 2007-11** „Maßnahmen zum Vermeiden einer Gehörgefährdung des Publikums“ u. a.

die Verkehrssicherungspflicht des Betreibers durch folgende Maßnahmen festgeschrieben ist:

- Der Schallpegel ist kontinuierlich zu messen,
- der Richtwert für den Beurteilungspegel L_{Ar} : **99 dB** und den Spitzenschalldruckpegel L_{Cpeak} : **135 dB** ist an keinem dem Publikum zugänglichen Punkt zu überschreiten,
- bei Überschreiten des Beurteilungspegels von 85 dB(A) ist der Lärmpegel messtechnisch aufzuzeichnen.
- das Publikum ist über die Gehörgefährdung zu informieren, wenn der Beurteilungspegel 85 dB(A) überschreitet (z.B. durch eine aktuelle Anzeige),
- ab einen Beurteilungspegel von 95 dB(A) ist Gehörschutz anzubieten.

Die Neufassung der DIN 15905-5 wird vom Konsens insbesondere den Interessenvertretungen der Veranstalter und Betreiber getragen. Es ist davon auszugehen, dass sich die aktuelle Rechtsprechung an diesen Empfehlungen orientieren wird.

Wichtige Tipps für die Diskobesucher



Das menschliche Ohr ist nicht in der Lage, Lautstärken zu messen bzw. zu erkennen. Hinzu kommt, dass sich mit zunehmendem Alkoholkonsum die Lautstärkeempfindlichkeit verringert. Spätestens ab 95 dB(A) – besser früher - sollte daher stets Gehörschutz getragen werden. Es gibt auch spezielle Ohrstöpsel fürs Musikhören, die den Sound nicht dumpf, sondern nur leiser machen.

Generell ist zu empfehlen bzw. ist es notwendig, mehrmals ruhige Bereiche außerhalb des Tanzfläche aufzusuchen.

Geben Sie Ihren Ohren ausreichend Gelegenheit und Zeit, damit sie sich erholen können!

Was wir tun?

Die Senatsverwaltung für Gesundheit, Umwelt und Verbraucherschutz, das Landesamt für Gesundheit und Soziales Berlin (LAGeSo) und die Techniker Krankenkasse (TK) in Berlin engagieren sich vielfältig für die Prävention von Hörschäden und die Aufklärung der Jugendlichen.

Wir unterstützen die Qualifizierung der Club-/Diskothekenbetreiber, insbesondere der DJs und setzen uns für die Aufklärung der Kinder und Jugendlichen, aber auch der Lehrer, Erzieher und Eltern über die Folgen des Konsums von überlauter Musik ein. Auf diesem Wege ließe sich eine nachhaltige Bewusstseinsänderung bei den Jugendlichen, Diskjockeys und Betreiber erreichen.

Verleihung des Qualitätssiegels

Das Berliner Qualitätssiegel "Freiwillig kontrollierte Lautstärke" ist ein wichtiger Bestandteil unserer Bemühungen. Alle Betreiber von Diskotheken, Clubs und ähnlichen Veranstaltungsorten können die Verleihung des Siegels beim LAGeSo (s. Link) beantragen. Voraussetzung ist die Selbstverpflichtung der Betreiber:

- den Schallpegel zu messen,
- den Beurteilungspegel von 99 dB (A) nicht zu überschreiten,
- den Besuchern den aktuellen Schallpegel anzuzeigen,
- ab einem Beurteilungspegel von 95 dB (A) Gehörschutz (Ohrstöpsel) anzubieten,
- nur DJs zu beschäftigen, die über die Sachkunde des DJ-Führerscheins verfügen.

Alle Beteiligten - die Diskotheken- und Clubbetreiber, DJs und Gäste – müssen verantwortlich handeln, um Hörschäden zu vermeiden.

Schützen Sie Ihr Gehör, denn es hat Ihnen noch viel zu sagen!



Weiterführende Links:

www.apug.de/leben/laerm/index.htm

www.tk-online.de

www.earaction.de/online/ Interaktive Information für Jugendliche über das Hören, mit Hörtest

www.djlicence.de/

Impressum:

Landesamt für Gesundheit und Soziales, Turmstraße 21, 10559 Berlin.

Rückfragen Herr Kadler Tel. 90229 2424.

Gesundheitsschutz@lageso.berlin.de

Für den Inhalt verantwortlich: Abt. I.,

V.i.S.d.P. Silvia Kostner