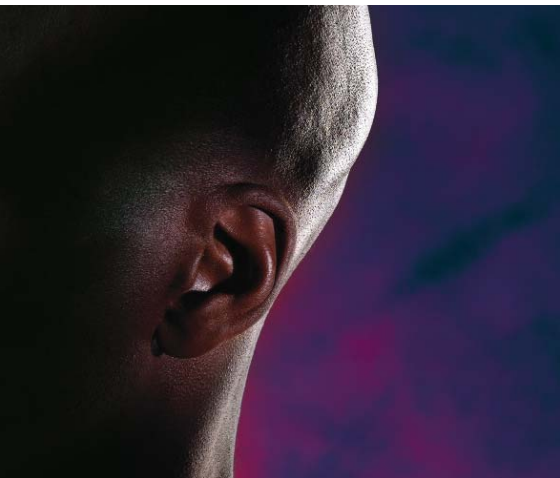


**Nu riscați să vă pierdeți  
auzul! Protejați-l.**



## De ce este zgomotul o problemă?

Zgomotul face parte din viața de zi cu zi, însă zgomotul excesiv poate cauza pierderea permanentă a auzului. Dintr-o dată conversațiile devin dificile sau imposibile, familia se plânge că televizorul este prea tare și folosirea telefonului devine o problemă.

Zgomotul poate de asemenea determina apariția tinitusului (țiuitul în urechi) permanent. Deteriorarea auzului poate fi instantanee ca urmare a unor zgomote foarte puternice sau explozive însă, în general, ea se produce în timp. Este posibil să nu observați nimic în neregulă până când este prea târziu.

## Este zgomotul o problemă acolo unde lucrez?

Probabil că este, dacă răspundeți „da” la oricare dintre următoarele întrebări:

- Este zgomotul deranjant – la nivelul zgomotului unei străzi aglomerate, al unui aspirator sau al unui restaurant aglomerat – în cea mai mare parte a zilei de lucru?

- Este necesar, cel puțin într-o parte a zilei, să ridicați vocea pentru a purta o discuție normală cu cineva aflat la circa 2 metri de dumneavoastră?
- Folosiți unelte electrice sau utilaje zgomotoase mai mult de o jumătate de oră pe zi?
- Lucrați într-un mediu zgomotos, cum ar fi în construcții, demolări sau la reparații de drumuri; dulgherie; procesarea maselor plastice; industrie mecanică; producție de confecții textile; producție generală; forjare, presare sau ștanțare; producție de hârtie și carton; îmbuteliere în sticle și conserve; turnătorie?
- Sunt zgomotele de la locul de muncă, zgomote de impact (de ex. folosirea ciocanului, a matriței de forjat, a uneltelor pneumatice) sau explozive (de ex. folosirea uneltelor sau detonatoarelor cu cartușe sau a pistoalelor)?

Auzul dumneavoastră este în pericol și dacă la sfârșitul zilei de lucru auziți sunetele înăbușit, chiar dacă a doua zi acesta revine la normal. Nu este însă deloc necesar să vă sacrificați auzul – angajatorul dumneavoastră este obligat să vă protejeze și să implementeze măsuri de reducere a riscului.

## Ce îndatoriri are angajatorul meu?

Legea impune angajatorilor:

- să determine nivelurile de zgomot la care sunteți expus și să evalueze riscul pentru auzul dumneavoastră.

## În funcție de nivelurile de expunere la zgomot, angajatorul dumneavoastră trebuie:

- să controleze expunerea la zgomot prin eliminarea acestuia, de exemplu prin folosirea de ecrane sau bariere fonoizolante sau montarea de amortizoare de zgomot;
- să schimbe modul de lucru sau modul de organizare a locului de muncă – nu este suficient să recurgă la dispozitive de protecție auditivă;
- să asigure cele mai silențioase unelte adecvate sarcinii;
- să vă asigure dispozitive de protecție auditivă (diferite tipuri pentru ca dumneavoastră să puteți alege ce vi se potrivește mai bine);
- să vă trimită pentru testarea regulată a auzului;
- să vă asigure instruire și informare;
- să se consulte cu dumneavoastră și cu reprezentanții dumneavoastră;

## Care sunt îndatoririle mele?

**Cooperati.** Ajutați-vă angajatorul să ia măsurile necesare pentru a vă proteja auzul. Este important să folosiți corect eventualele dispozitive de control al zgomotului (de ex. incintele fonoizolante) și să respectați metodele de lucru implementate.

### **Purtați echipamentul de protecție auditivă asigurat.**

Este important să purtați echipamentul în mod corect (trebuie să fiți instruit cum să faceți aceasta) și să îl folosiți pe tot parcursul efectuării unei sarcini zgomotoase sau când vă aflați în zone în care protecția auditivă este obligatorie. Auzul dumneavoastră poate fi afectat chiar și dacă vă dați jos echipamentul preț de numai câteva minute.

### **Aveți grijă de echipamentul de protecție auditivă.**

Angajatorul dumneavoastră trebuie să vă spună de unde puteți obține echipamentul și cum să îl întrețineți. Este important să înțelegeți ce aveți de făcut.

**Raportați eventualele probleme.** Raportați imediat problemele pe care le aveți cu echipamentul de protecție sau dispozitivele de control al zgomotului. Este important ca angajatorul sau responsabilul cu securitatea muncii să fie ținut la curent. Informați-vă angajatorul dacă aveți probleme cu urechile.

## La ce trebuie să fiu atent?

Dispozitivele de protecție auditivă, cum ar fi antifoanele externe și interne, sunt ultima dumneavoastră linie de apărare împotriva pierderii auzului. În consecință, este bine să știți:

**Antifoanele externe** – este important ca acestea să vă acopere complet urechile, să fie fixe și etanșe. Nu lăsați părul, bijuteriile, ochelarii, căștile etc. să intre în contact cu pernțele de etanșare. Păstrați pernțele și fonoabsorbantul curate. Nu întindeți suportul prea tare – acesta trebuie să rămână tensionat.

**Antifoanele interne** – pot fi dificil de pus; încercați să vă obișnuiți cu punerea lor și, dacă aveți probleme, rugați pe cineva să vă ajute. De multe ori antifoanele interne par corect poziționate însă nu oferă protecția necesară. Spălați-vă pe mâini înainte de a le introduce și nu le împrumutați altor persoane. Anumite tipuri sunt de unică folosință, altele pot fi refolosite și chiar spălate – este important să știți ce tip aveți.

**Antifoanele interne cu suport** – urmați instrucțiunile date pentru antifoanele interne și păstrați suportul tensionat.



Acest indicator arată că sunteți într-o zonă în care protecția auditivă este obligatorie.

Pentru informații adiționale privind zgomotul, consultați pliantul gratuit al Direcției de Securitate și Sănătate în Muncă *Noise at work*, INDG 362 (versiunea 1). Sau vizitați pagina dedicată zgomotului de pe site-ul Web al DSSM la [www.hse.gov.uk/noise](http://www.hse.gov.uk/noise).

Pentru informații privind securitatea și sănătatea în muncă, contactați serviciul Infoline al DSSM (tel.: 0845 345 0055, fax: 0845 408 9566, telefon cu text: 0845 408 9577, e-mail: hseinfo@natbrit.com, adresa poștală: HSE Information Services, Caerphilly Business Park, Caerphilly CF83 3GG) sau vizitați site-ul Web al DSSM la [www.hse.gov.uk](http://www.hse.gov.uk).

Această fișă de buzunar cuprinde îndrumări privind bunele practici; deși nu sunt obligatorii, ele v-ar putea fi utile în a decide ce aveți de făcut.

Această fișă de buzunar se comercializează în pachete de 25 de exemplare de către HSE Books, având codul ISBN 978 0 7176 6166 4. Pentru exemplare individuale gratuite contactați HSE Books, tel.: 01787 881165.

© *Crown copyright* Această publicație poate fi reprodusă gratuit exceptând cazul în care aceasta se face în scopuri publicitare, comerciale sau de promovare. Prima ediție: 10/05. Vă rugăm să indicați că sursa este DSSM.