

## Gürültüden Etkilenme

Kişilerin;

- Sosyo-ekonomik durumuna,
- Yaşına,
- Hoşgörüsüne,
- Gürültü kaynaklarına bağımlılığına bağlı olarak değişim gösterebilmektedir.

Aşağıdaki tabloda gürültü seviyesindeki artışa bağlı olarak toplumun bu değişimden etkilenme seviyesi ve tepkileri gösterilmektedir.

ARTIŞ (dB)	Değişimin Toplum Tarafından Algılanması	Gürültünün Etkisi
0	Fark edilmez	Yok
3	Değişim Ancak Fark Edilebilir	Çok Az
3-5	Değişim Kolayca Fark edilebilir	Az
5-7	Aralıklı Şikayetler Görülebilir	Orta Seviyede
7	Rahatsız Olunur	Orta Seviyede
7-10	Aralıklı Şikayetler	Yüksek
10-15	Geniş çaplı Şikayetler	Çok Yüksek
15-20	Grup Reaksiyonları Görülebilir	Çok Yüksek

Ayrıca, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından 2009 yılında yayımlanan “Avrupa için Gece Gürültüsü Rehber Dokümanı” isimli raporda, yapılan çalışmalar sonucunda aşağıdaki tabloda sunulan veriler elde edilmiştir.

Etkiler		Gösterge	Eşik Değer, dB
<b>Biyolojik Etkiler</b>	Dolaşım sistemi aktivitelerinin değişmesi	*	*
	EEG uyanması	$L_{Amax}$ , içerde	35
	Hareketlilik, hareketliliğin başlaması	$L_{Amax}$ , içerde	32
	Çeşitli uyku safha sürelerinin değişmesi, uyku yapısının değişmesi ve uykunun bölünmesi/parçalanması	$L_{Amax}$ , içerde	35
<b>Uyku Kalitesi</b>	Gece uyanmak veya (sabah) çok erken uyanmak	$L_{Amax}$ , içerde	42
	Uyku başlangıç döneminin uzaması, uyumada zorluklar	*	*
	Uyku bölünmeleri, uyku süresinin azalması	*	*
	Uyku sırasındaki ortalama hareketliliğin artması	$L_{gece}$ , dışarda	42
<b>İyi Hissetme/Olma</b>	Şahsi raporlanmış uyku bozukluğu	$L_{gece}$ , dışarda	42
	Uyku getirici/yatıştırıcı ilaç kullanımı	$L_{gece}$ , dışarda	40
<b>Sağlık Durumları</b>	Çevresel uykusuzluklar	$L_{gece}$ , dışarda	42

\* *Biyolojik olarak etkilerin olmasına rağmen gösterge veya eşik değer belirlenememiştir.*