Myrsky korvassa – melu on vaarallista







Kuuloliitto 2021

Miten eläimet kuulevat?



Kuva: peda.net

Melua on kaikkialla



- Miksi kuulo on tärkeä?
- Mihin kuuloa tarvitaan?



Kuva: Potilaan lääkärilehti

- Tunnetko huonokuuloisia?
- Oletko nähnyt kuulokojeen jonkun korvassa ?

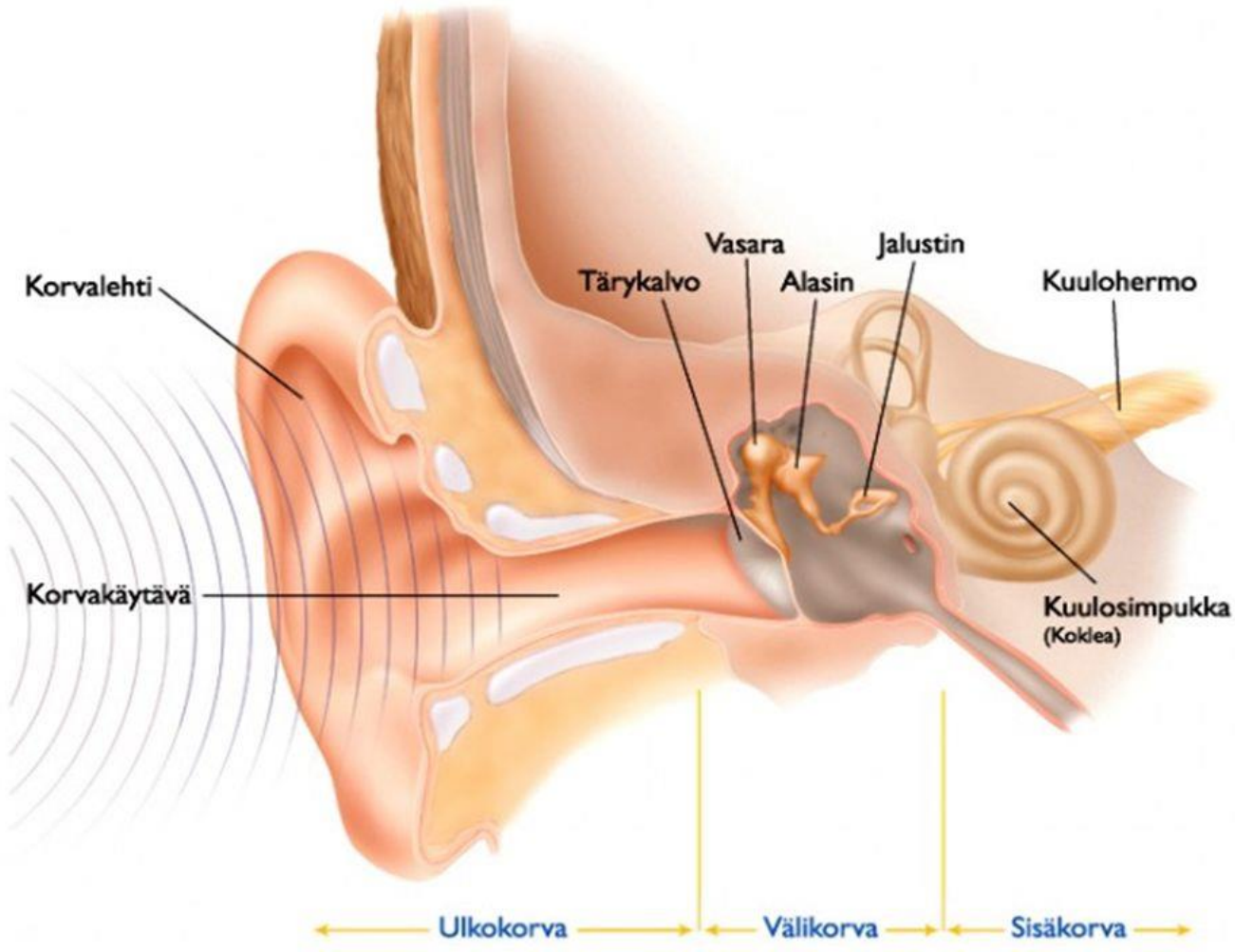


Minkälainen melu häiritsee sinua?
Mikä on melua?



Kuva: earthtimes.org

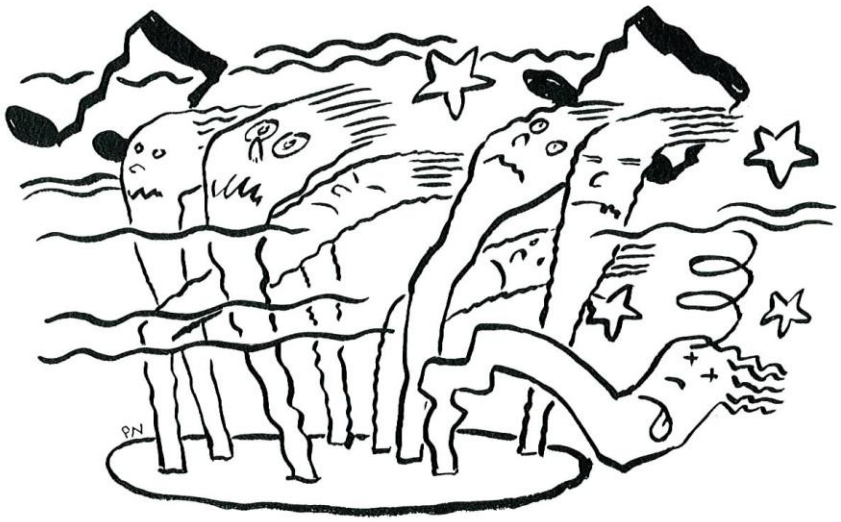
Kuuloaisti ja korvan rakenne



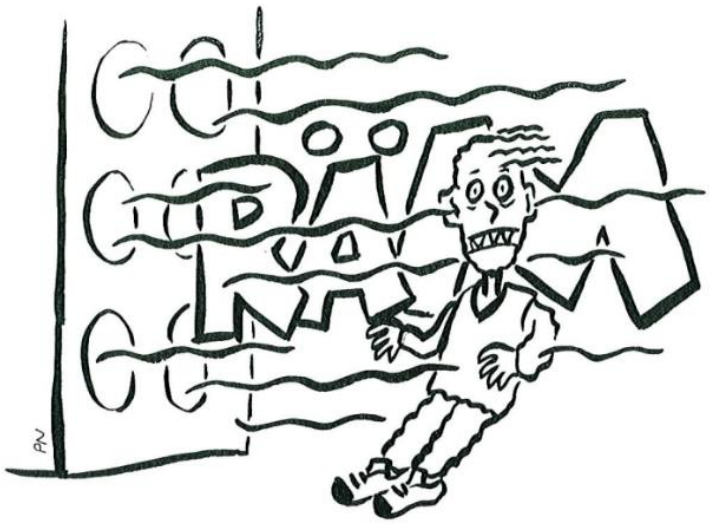
Kuva: © Cochlear Limited 2015

Melusta aiheutuvaa kuulovamma ei voi korjata

- Korvan aistinkarvasoluille käy melussa kuin viljalle myrskyssä, ne kaatuvat.
- Tuhoutunutta aistinkarvasolua ei voida korjata, eikä kuuloa palauttaa.
- vaikka kuulo onkin jo heikentynyt, on kuulonsuojaus edelleen tärkeää!

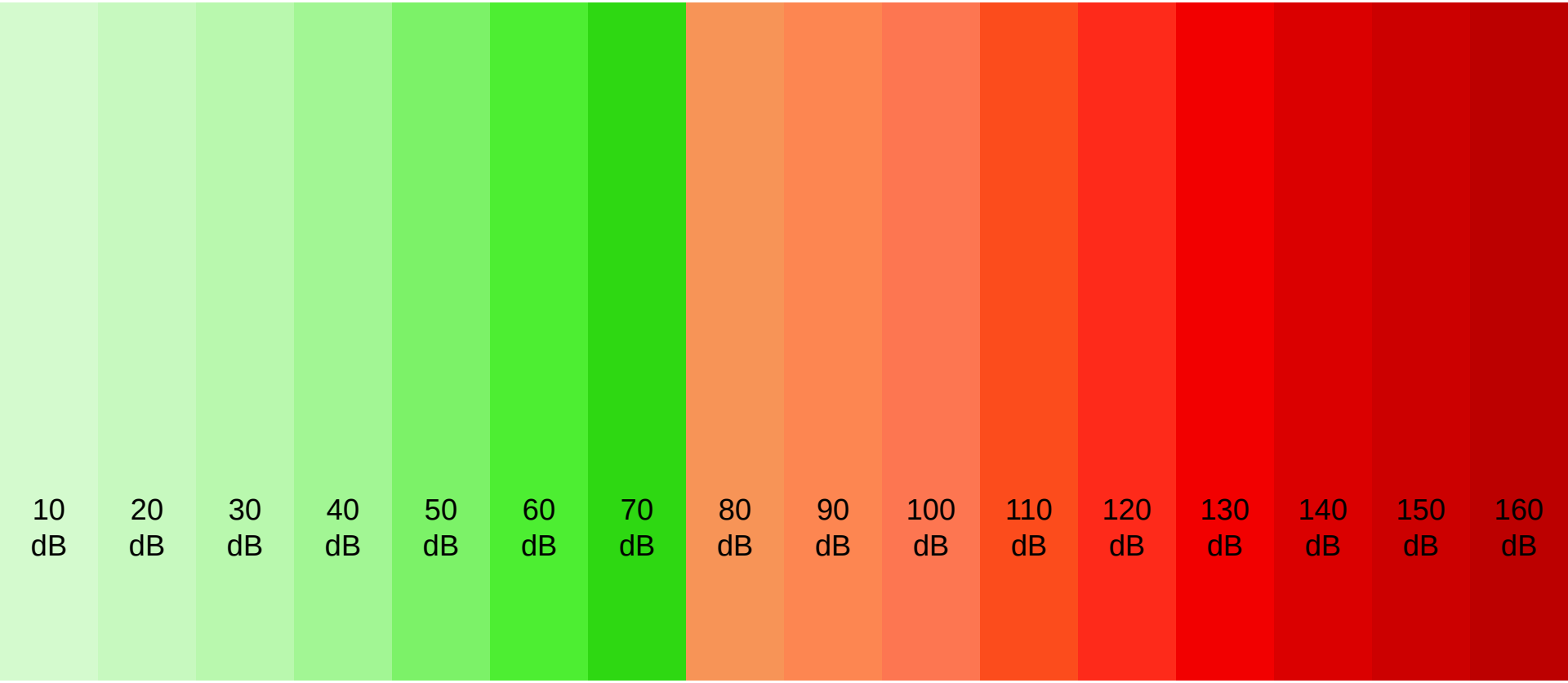


Äänet desibeleinä



	0 dB	Kuulokynnys
Puiden lehtien havina	10 dB	
	20 dB	
	30 dB	
	40 dB	
Keskustelu	50 dB	
	60 dB	
	70 dB	
Koulun ruokala	80 dB	8 tuntia/ 85 dB
	90 dB	
	100 dB	15 min / 100 dB
	110 dB	
	120 dB	30 s / 115 dB
	130 dB	1 s/ 130 dB
Suihkukone	140 dB	
	150 dB	
	160 dB	
	170 dB	
Tykki	180 dB	

Äänten voimakkuudet



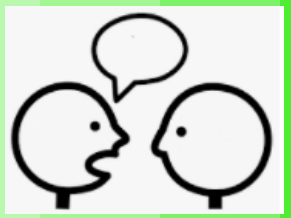
Äänten voimakkuudet



10 dB | 20 dB | 30 dB | 40 dB | 50 dB | 60 dB | 70 dB | 80 dB | 90 dB | 100 dB | 110 dB | 120 dB | 130 dB | 140 dB | 150 dB | 160 dB

Äänten voimakkuudet

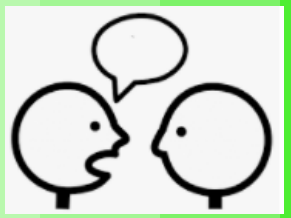




10 dB | 20 dB | 30 dB | 40 dB | 50 dB | 60 dB | 70 dB | 80 dB | 90 dB | 100 dB | 110 dB | 120 dB | 130 dB | 140 dB | 150 dB | 160 dB

Äänten voimakkuudet



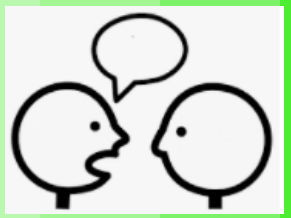




10 dB	20 dB	30 dB	40 dB	50 dB	60 dB	70 dB	80 dB	90 dB	100 dB	110 dB	120 dB	130 dB	140 dB	150 dB	160 dB

Äänten voimakkuudet





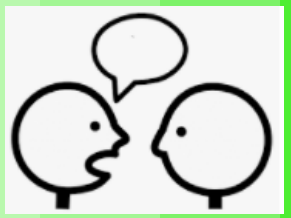




10 dB	20 dB	30 dB	40 dB	50 dB	60 dB	70 dB	80 dB	90 dB	100 dB	110 dB	120 dB	130 dB	140 dB	150 dB	160 dB

Äänten voimakkuudet







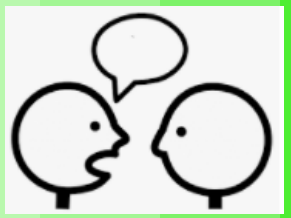




10 dB	20 dB	30 dB	40 dB	50 dB	60 dB	70 dB	80 dB	90 dB	100 dB	110 dB	120 dB	130 dB	140 dB	150 dB	160 dB

Äänten voimakkuudet

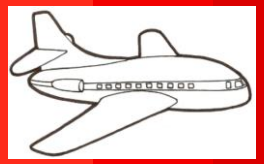








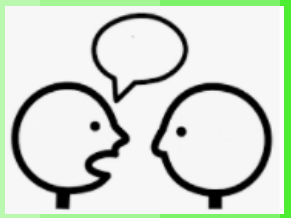




10 dB | 20 dB | 30 dB | 40 dB | 50 dB | 60 dB | 70 dB | 80 dB | 90 dB | 100 dB | 110 dB | 120 dB | 130 dB | 140 dB | 150 dB | 160 dB

Äänten voimakkuudet

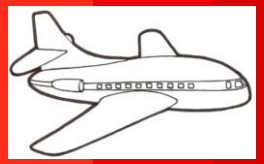














10 dB	20 dB	30 dB	40 dB	50 dB	60 dB	70 dB	80 dB	90 dB	100 dB	110 dB	120 dB	130 dB	140 dB	150 dB	160 dB

Melu on vaarallista kun . . .

- Keskustelu täytyy käydä huutaen.
- Äänet ovat epämiellyttävän kovia ja tuntuvat kipuna!
- Et saa selvää puheesta pulpetin tai pöydän toiselta puolelta.
- Kuulosi on vaarassa jos melu on jatkuvasti erittäin kovaa tai jos olet melussa pitkän aikaa.
- Suojaa siis kuuloasi, että kuulet hyvin jatkossa!



Melu koulussa

- Käytävämelu
- Välituntimelu
- Ruokasalin melu
- Musiikkiluokka
- Liikuntatunnit
- Tekninen työ



Kuva: www.edu.helsinki.fi

Melu tarttuu!

- Häiritsee oppimista, ei voi keskittyä, levoton olo
- Oppimisinto heikkenee hälinässä
- Ryhmätyö, supistaan vain omassa ryhmässä
- Opettajakin voi sairastua
- Puhutaan yksitellen!

Melu vaikuttaa terveyteen



- Keskittyminen vaikeutuu
- Voi tulla päänsärkyä
- Väsymys lisääntyy
- Voi tulla kuulovaurioita
- Voi tulla korvien soimista = tinnitus
- Voi tulla kiukkuiseksi

Mistä melua syntyy?



Kuva: Kuuloliiton kuvapankki

Mistä melua syntyy?

- Lelut
- Pelit: tietokone- ja videopelit
- Matka- ja älypuhelimet
- Kuulokkeet
- Liikenne
- Rakennustyömaa
- Ihmiset
- Elokuvateatterit
- Urheilutapahtumat
- Musiikkiharrastukset
- Konsertit
- Kotitalouskoneet
- Uuden vuoden raketit
- Ravintolat
- Moottoripyöräily



Kuva: Kuuloliiton kuvapankki

Vinkkejä kuulonsuojaamiseen

- Huutaminen toisen ihmisen korvaan voi vahingoittaa kuuloa.
- Äänentoistolaitteen tai muun äänilähteen välitöntä läheisyyttä tulisi välttää.
- Säännölliset tauot ja lepohetket tärkeitä.
- Käytä aina asiaankuuluvia kuulonsuojamia.

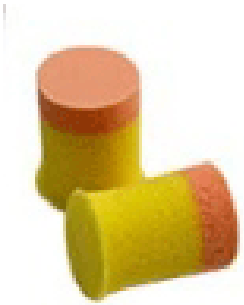




Kuva: disboarts.com

Erilaisia kuulonsuojaimia

- Kid-kupusuojaimet lapsille
- Korvatulppamalli, joka on lasten korvakäytävän kokoon suunniteltu
- Jokaisella on hyvä olla omat kuulosuojaimet iästä riippumatta!
- Harjoittele korvatulppien laittoa aikuisen kanssa.









Kiitos

www.kuuloliitto.fi







Kuuloliitto ry

TUETTU VEIKKAUKSEN TUOTOILLA

PIDÄ HUOLTA kuulostasi!