

# PULS

## Live-Chat zum Thema «Lärm»

**21:07:40 Chat-Moderatorin Helwi Braunmiller: Herzlich willkommen beim Live-Chat zum Thema Lärm. Unsere Experten beantworten ab jetzt gerne Ihre Fragen!**

Frage von p. h., füllinsdorf: guten abend ich bin 21 musiziere und spiele aber öfters musik als dj. nebenbei gehe ich auch oft in den ausgang. aus diesen grunden habe ich mir einen professionellen hoerschutz machen lassen. jetzt.. ich war an einer party vor einigen monaten und hatte diesen schutz nicht dabei. die musik war sehr laut. seit dem habe ich ein geraeusch wie ein alter laufender fernseher im ohr. kein ton, also kein tinitus? es beunruhigt mich vor allem weil ich extra mein ohr schuetzen wollte! hoeren aber = gut

21:20:28 Antwort von Dr. Ottilia Lütolf Elsener:Ein tinnitus muss nicht ein ton sein, kann auch ein geräusch sein, das dauernd vorhanden ist. Es könnte sich also um einen Tinnitus handeln!Evt. wird er über die Zeit etwas leiser.

Frage von M. M., Zürich: Nehmen Babys Lärm wahr? wenn ja wie?

21:23:22 Antwort von Dr. Ottilia Lütolf Elsener: Ja Babies nehmen allen Lärm wahr. Wegen des noch nicht reifen Gehirns ist die Belastung (Menge und Lautstärke) für Babys schädlicher als für Erwachsene

Frage von p. h., füllinsorf :habe Medikamente bekommen, die nichts gebracht haben :-/ kann das auch von einem einzigen Abend kommen? kann sich der durch wetttere Belastung verschlimmern? man ist ca. 8 stunden unter Beschallung von ca 90 db.. vlt. auch zweimal am Wochenende.. schädlich?

21:27:56 Antwort von Dr. Ottilia Lütolf Elsener:Ein einziger Abend mit hohem Lärm >100dB kann das Gehör innerhalb von Stunden unwiderruflich schädigen. Wenn Sie weiterhin ohne Ohrschutz so laute Musik hören kann das Ohr definitiven Schaden nehmen. 90 db nie ohne Ohrschutz!

Frage von C. e., horgen:ich fühle mich extrem durch eine baustelle gestört, die nun schon seit 7 monaten vor meinem haus ist und mich von früh bis spät beschallt. habe ich eine möglichkeit, da rechtlich dagegen vorzugehen? ist dieser dauerlärm schädlich für mich und meine kinder?

21:41:47 Antwort von Kurt Eggenschwiler:Für Baustellenlärm gibt es keine Grenzwerte. Trotzdem gibt es aber je nach Grösse der Baustelle und Tageszeit Regelungen. Erkundigen Sie sich bei der Gemeinde oder bei der kantonalen Lärmfachstelle, ob die Baustelle diese Regelungen erfüllt. Sie können auch überwachen, ob die Gemeindelärmschutzordnung oder die Polizeiverordnung

eingehalten wird (z.B. Mittagspause, Nachtlärm). Direkte gesundheitliche Schädigungen sind nicht zu erwarten, wenn die Situation nicht länger anhält und die Pegel moderat sind. Jedoch können Sie eingeschränkt in Ihrer Leistungsfähigkeit bei geistigen Arbeiten und natürlich belästigt und gestört und die Erholung ist eingeschränkt

Frage von C. m., schaffhausen:Ich bin gern am Wochenende im Ausgang. bringen ohrenstöpsel in der disco etwas, wieviel filtern die weg?

21:50:54 Antwort von Jean Marc Wunderli:Ohrenstöpsel aus Schaumstoff bringen auf jeden Fall was! Hochfrequent ist der Effekt gegen 20 Dezibel - bei den tiefen Frequenzen sind es eher weniger als 10 ==> deshalb klingt die Musik mit den Stöpseln auch dumpfer. Aber wie in der Sendung gezeigt, gibt es auch bessere Produkte mit sogenannt linearem Frequenzgang...

Frage von V. H., Zürich:Gibt es Regelungen für Ruhezeiten von Kirchenglocken? Es ist doch heute, da jeder eine Uhr und einen Wecker besitzt, nicht mehr nötig, dass die Kirchenglocken alle 15 Minuten die Zeit anzeigen.

21:51:42 Antwort von Kurt Eggenschwiler:Es gibt keine rechtliche Regelungen wie z.B. bei Strassenlärm und Eisenbahnlärm, wo Grenzwerte definiert wurden. Das ist bei vielen Arten von Alltagslärm so. Es gibt eine Studie der ETH und der Empa über Glockenlärm nachts. Das Bundesamt für Umwelt hat einen Entwurf "Vollzugshilfe im Umgang mit Alltagslärm" auf ihre Website gestellt. Darin ist auch ein Vorschlag enthalten, wie man mit Glockenlärm umgehen kann.

Frage von H. S., Rapperswil:Ich spiele in einer Brass Band. welchen Gehörschutz haben Sie in der Sendung empfohlen (nicht die individuelle Luxusvariante) wo ist er zu beziehen? Merci

21:56:25 Antwort von Kurt Eggenschwiler:Die SUVA hat auf ihrer Website wertvolle Informationen und Bezugsquellen: <http://www.suva.ch/startseite-suva/praevention-suva/sichere-freizeit-suva/tinnitus-nein-danke-suva/musik-hoerschaeden-suva.htm>

Frage von C. m., zürich:eine weitere frage: wir leben an einer vielbefahrenen strasse im altbau. muss ich befürchten, dass der lärm die kinder zu sehr stresst und wie kann ich das rausfinden? (sind noch klein)

21:57:53 Antwort von Dr. Ottilia Lütolf Elsener:Kinder haben durch den Lärm einen unruhigeren Schlaf, auch wenn sie dies nicht bemerken. Sie sind am nächsten Tag weniger aufnahmefähig, weil sie nicht erholt sind. Über längere Zeit fallen die Leistungen ab. Eine konkrete Messung (wie und wer können meine beiden Kollegen Wunderli und Eggerschwiler besser beantworten) bringt Klarheit über die wirkliche Lärmexposition und wie Sie Ihre Kinder schützen können.

Frage von s. H., Grossaffoltern:Guten Abend. Ich habe nicht eine direkte Gesundheitsfrage, interessiere mich fürs Thema Lärm weil ich darüber eine Arbeit schreibe. Der Psychologe, Lärmforscher der ETH der in der Sendung war (habe mir leider der Namen nicht notiert...) hat Studien über Fluglärm Belastungen bei Kindern erwähnt... Könnten Sie mir bitte die Namen dieser Studien mitteilen oder die Kontaktadresse des Psychologen angeben. Danke!

21:59:26 Antwort von Chat-Moderatorin Helwi Braunmiller:Bitte nutzen Sie dazu die Kontaktfunktion unter <http://www.puls.sf.tv/Formulare/Kontakt>. Ihre Mail wird dann der zuständigen Redakteurin zugestellt, die für das Thema zuständig war. Danke!

Frage von C. m., zürich:Haben Nachbarn Möglichkeiten, etwas gegen meine lärmenden 3 Kinder zu unternehmen? Er droht immer, das behördlich verfolgen zu lassen. welche Möglichkeiten habe ich, unsere Wohnung so nach oben "abdichten", dass er sich nicht gestört fühlt?

22:00:57 Antwort von Jean Marc Wunderli:Nachbarschaftslärm ist immer ein heikles Thema... Grundsätzlich haben Kinder das Recht Kinder zu sein; allerdings müssen nächtliche Ruhezeiten und allenfalls auch eine Mittagsruhe eingehalten werden. Baulich lässt sich nachträglich in der Regel leider nur noch wenig machen - bzw. der Aufwand für eine akustische Sanierung wäre sehr hoch. In der SIA-Norm 181 sind Mindestanforderungen an die Schalldämmung von Gebäuden definiert; deren Einhaltung könnte durch eine bauakustische Messung kontrolliert werden.

**22:15:30 Chat-Moderatorin Helwi Braunmiller: Herzlichen Dank für die Teilnahme - wir schliessen den Chat für heute!**

---

## Experten im Chat

Experte 1 mit Titel  
Funktion  
Klinik  
Website

Experte 2 mit Titel  
Funktion  
Klinik  
Website