НАЦИОНАЛЕН ПЛАН ЗА ДЕЙСТВИЕ
ПО ОКОЛНА СРЕДА - ЗДРАВЕ

КОМПОНЕНТИ НА ОКОЛНАТА СРЕДА



- Съвременни виждания за градоустройствена концепция на населените места

- Построяването на сгради и съоръжения, отразяващи шума

- Създаване на изкуствени прегради (насипи, изкопи, зелени пояси и др.)

- Използването на абсорбиращи звука строителни материали

- Прилагане на политика за понижаване нивото на шума, спазвайки националното заканодателство

КАК ДА СЕ ПРЕДПАЗИМ ОТ ШУМА

• Говорете по-тихо

• Намалете престоя в дискотеките и на места с високи нива на шум

• Шофьорите да се движат със съобразена скорост в населените места

• Да не форсираме двигателите

• Да не натискаме клаксона

• Автомобилите да са технически изправни

У НАС ПРИЕТИТЕ НОРМИ ЗА ПРЕДЕЛНО ДОПУСТИМИТЕ НИВА НА ШУМ СА:

• Жилищни стаи – 30-35 dB(A)

• Работни помещения в административни сгради – 50 dB(A)

• Централни градски части – 50-60 dB(A)

• Територии, подложени на въздействието на интензивен автомобилен трафик – 50-60 dB(A)

• Производствени зони – 70 dB(A)

• Зони за отдих – 35-45 dB(A)

Шумът и шумовото "замърсяване" на околната среда представлява един от големите екологични проблеми на нашето време.

Шумът е съвкупност от хаотично съчетание на звуци с различна честота и променяща се във времето амплитуда на трептене, които оказват вредно въздействие върху организма на човека и животните.

ИЗТОЧНИЦИ НА ШУМ

През различните периоди от развитието на човешкото общество се изменят източниците и характерът на шума, но той постоянно съпътства дейността на човека. Основните видове източници на шум:

- **Транспортен**
- **Промишлен**
- **Вътрекварталeн (училища, детски градини, ресторанти, магазини и др.)**
- **Вътрежилищен (от битови уреди, озвучителни уредби, телевизори, стъпки, викове, игра и плач на деца и др.)**

ВЛИЯНИЕ НА ШУМА ВЪРХУ ОРГАНИЗМА НА ЧОВЕКА

Шумът отдавна престава да бъде чисто техническо и физическо явление и се оформя като фактор на средата от съществено здравно, социално и икономическо значение за човека.

Шумът се отнася към онези фактори на околната среда, които са особено опасни за здравето на човека:

Физиологично въздействие

- Увреждане върху слуховия орган – при 80-120 dB(A) настъпва невъзвратимо увреждане на слуховия анализатор, а над 120 dB(A) – пълна глухота.

- Сърдечно-съдова система – повишено кръвно налягане, нарушен сърдечен ритъм.

- Вегетативна нервна система – проблеми със съдовия тонус и циркулация.

- Централна нервна система – преумора, смущения в психиката и паметта, главоболие, нарушен сън, раздразнителност.

- Храносмилателна система – забавено преминаване на храна през храносмилателните органи, различни поражения на стомаха.

- Дихателна система – повърхностно и ускорено дишане.

- Ендокринна система – задържане на вода в организма, промени в количеството на кръвната захар, повишаване на основната обмяна.

Психично въздействие:

- **Раздразнителност**
- **Психична нестабилност**
- **Намалена работоспособност**
- **Преумора**
- **Нарушения в паметта**

ВЪЗМОЖНОСТИ ЗА НАМАЛЯВАНЕ НА ШУМА

Проблемът за понижаване на шума в съвременните населени места е изключително актуален, тъй като с всяка изминала година източниците на шумове в тях непрекъснато се увеличават. Борбата с шума трябва да се води комплексно за постигане на "акустичен комфорт" в населените места, изразява се в три основни направления:

- **При източниците на шума:**

- Създаване на конструкции и двигатели на моторни превозни средства с по-ниски нива на шум

- Редовно поддържане на тяхната техническа изправност

- Изграждане на подходящи улици и пътища

- Организация на движението (разпределение и режим)

- **По пътя на разпространението на шума:**

- Осигуряване на достатъчно разстояние от източника на шума до съответните обекти