

Name.....

### Teil 3: Hörverstehen: Ruhe, bitte! (25 min.)

Lärm verschiedenster Arten begleitet uns jeden Tag, manchmal auch nachts; und macht uns krank, ohne dass wir es merken.

5 Wie laut es um uns herum ist, merken wir oft erst, wenn der Lärm um uns herum plötzlich aufhört. Zu Hause, auf dem Weg zur Arbeit, am Arbeitsplatz. Lärmschwerhörigkeit ist die häufigste Berufskrankheit und trifft allein in Deutschland jährlich 5500 Menschen.

10 Bei einer normalen Unterhaltung entsteht eine Lautstärke von rund 50-60 Dezibel (dB). Übergroßer Lärm mit mehr als 120 dB, wie das Explodieren eines Feuerwerkskörpers, kann das Gehör schwer schädigen. Das Gleiche gilt für nicht ganz so laute, aber länger dauernde Geräusche, wie das Rattern einer Maschine auf einer Baustelle oder laute Musik in Diskotheken. Doch auch leisere Geräusche können auf die Dauer schaden, ohne dass wir es merken. In einer Studie aus dem Jahr 2006 kommt das  
15 Umweltbundesamt zu dem Ergebnis, dass z.B. der Straßenverkehrslärm am Tag das Herz-Kreislauf-System schädigt. Laute Automotoren und das Geräusch der Reifen auf dem Asphalt verursachen Bluthochdruck und Durchblutungsstörungen des Herzens. Jährlich etwa 4000 Herzinfarkte sind laut der Studie die Folge.

20 Besonders gefährlich: Auch wenn wir schlafen, kann der Lärm unserer Gesundheit schaden. So haben Forscher herausgefunden, dass Verkehrslärm ab einer mittleren Lautstärke von 45 dB den Schlaf verkürzt. Wir wachen häufiger auf und schlafen insgesamt unruhiger. Die Folge: Wir fühlen uns am nächsten Tag müde und sind unkonzentriert. Ab 50 dB nächtlichen Dauerlärms kommt es häufig zu Herzrhythmusstörungen.

25 Und eine Änderung der Situation ist nicht in Sicht: Zwar sind viele Fahrzeuge dank moderner Technik leiser geworden, aber dieser Fortschritt wird durch die gestiegene Zahl der Fahrzeuge kaputt gemacht.

30 Noch schlimmer sind die Auswirkungen bei Fluglärm: Einer Studie der TU Berlin zufolge erhöht schon eine dauernde "normale" Belastung durch Flugzeuglärm das Risiko, an Bronchitis, Depression oder starken Kopfschmerzen zu erkranken. Außerdem nehmen die betroffenen Menschen mehr Medikamente ein als Personen, die in Ruhe schlafen können.

35 Lärm nervt und schädigt nicht nur Erwachsene. Amerikanische Wissenschaftler haben nachgewiesen, dass hoher Umgebungslärm das Erlernen der Muttersprache bei Kleinkindern stört. Sie haben Schwierigkeiten, die für sie bestimmten Worte der Eltern richtig zu hören.

Name.....

40 In Gebieten mit Fluglärm haben Schulkinder immer häufiger Schwierigkeiten, sich in der Schule zu konzentrieren. Studien zeigen auch, dass die Lernfähigkeit und die Gedächtnisfunktionen der Schüler in solchen Schulen deutlich schlechter sind als in "ruhigeren" Schulen.

45 Doch auch jeder Einzelne kann etwas dazu beitragen, die Lärmentwicklung im Alltag zu verringern: So sollte man bei Verwendung von Kopfhörern nicht mit voller Lautstärke hören und eine Musikanlage sollte bei Zimmerlautstärke betrieben werden. Durch Teppiche und textile Fußböden wird die Lautstärke beim Laufen reduziert. Beim Autokauf sollte man lärmarme Reifen bevorzugen und generell auf unnötige Autofahrten verzichten.

(3.054 Zeichen mit Leerzeichen)

### **Wörterklärungen:**

Dezibel (dB):	Einheit zur Messung der Lautstärke
das Rattern:	schnelles, sehr lautes Geräusch, das wie ein Hammer klingt
der Asphalt:	grau-schwarzes Material, das als Straßenbelag dient
die Bronchitis:	Erkrankung der Atemwege