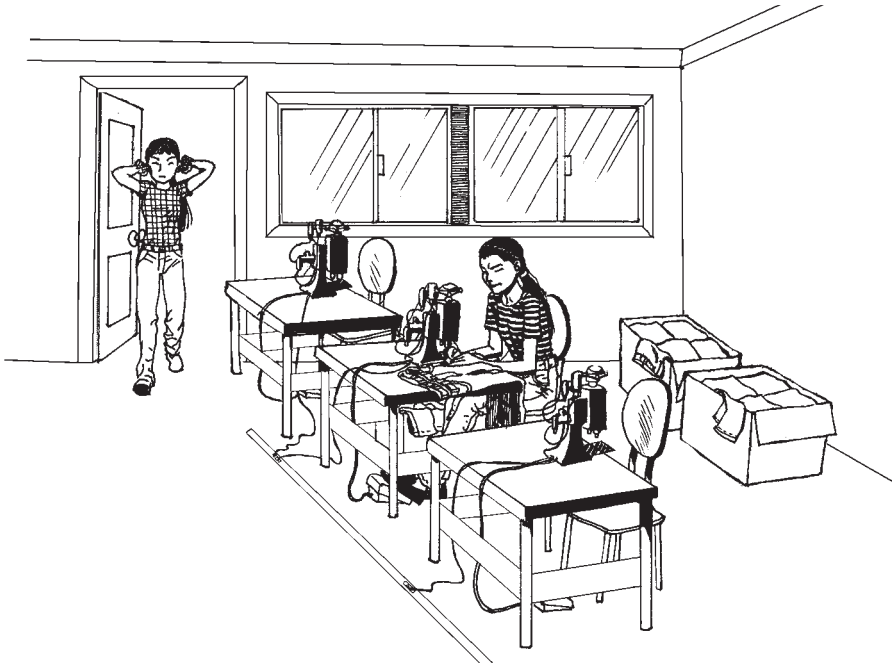


Tiếng ồn

13



Tiếng ồn lớn có thể gây ra các vấn đề về thính lực. Ảnh hưởng đến thính lực sẽ tùy thuộc cường độ ồn, tần suất tiếp xúc và thời gian tiếp xúc với tiếng ồn. Cách nghe tiếng ồn cũng có những hiệu ứng khác nhau. Âm thanh cũng có thể trở nên khó chịu hoặc tạo cảm nhận nó to hơn thực tế.

Để bảo vệ người lao động khỏi các vấn đề về tiếng ồn, người sử dụng lao động cần:

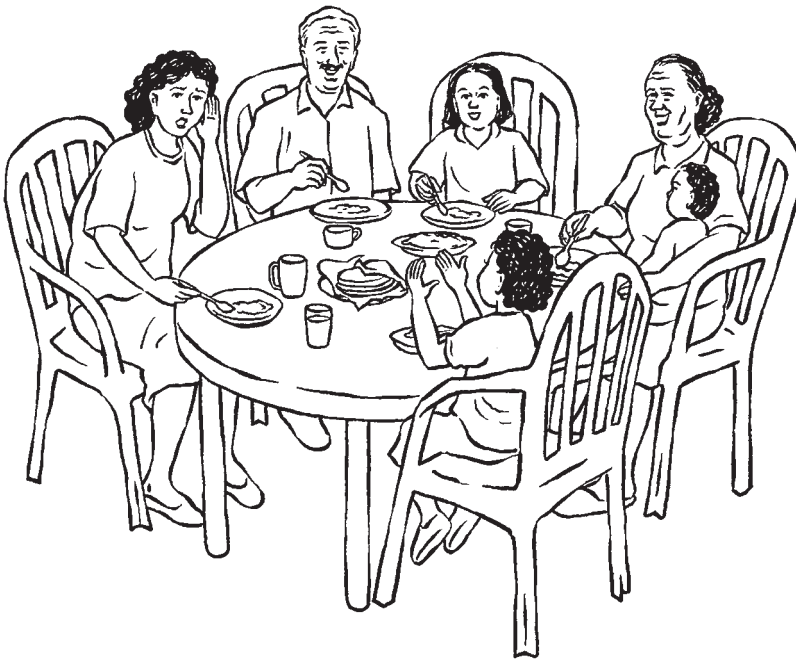
- kiểm tra thính lực trước khi người lao động được tuyển dụng và thường xuyên kiểm tra trong quá trình làm việc.
- đo đạc, đánh giá mức độ tiếng ồn.
- thực hiện những thay đổi để giảm tiếng ồn.
- cung cấp nút tai và chụp tai nếu mức ồn tại nơi làm việc có thể gây hại đến người lao động.

Các vấn đề sức khỏe do tiếng ồn

Giảm thính lực tạm thời: Người lao động có thể mất khả năng nghe khi đang ở một nơi ồn ào. Sau khi rời khỏi, người lao động có thể nghe không tốt và có thể nghe thấy tiếng vang hay tiếng ù ù trong tai (gọi là ù tai). Nếu ở xa nguồn ồn lớn, những vấn đề này sẽ biến mất. Nhưng nếu ở lâu trong những nơi có tiếng ồn lớn, những vấn đề thính lực có thể trở nên tồi tệ hơn hoặc khả năng nghe có thể mất vĩnh viễn.

Mất thính lực vĩnh viễn: Nếu bạn làm việc liên tục ở nơi có nhiều tiếng ồn lớn, vấn đề mất thính giác tạm thời có thể trở thành vĩnh viễn. Ngoài ra, khi về già, thính giác của chúng ta sẽ đương nhiên kém hơn. Bạn có thể mất thính lực nhanh hơn nếu hàng ngày làm việc ở nơi có tiếng ồn lớn. Một tiếng ồn vô cùng lớn, chẳng hạn như một vụ nổ, có thể làm tổn hại đến sức nghe của bạn ngay lập tức và gây mất thính lực vĩnh viễn.

Các vấn đề sức khỏe khác: Tiếng ồn có thể gây ra các vấn đề sức khỏe khác như: mệt mỏi, đau đầu, căng thẳng, sảy thai, huyết áp cao, bệnh tim, căng mỏi cơ, đau bụng và chóng mặt.



Thính lực của Tania giảm kể từ khi làm việc trong một nhà máy có quá nhiều tiếng ồn. Bây giờ cô khó mà nghe được giọng nhỏ nhẹ của con gái hoặc bắt kịp cuộc nói chuyện trong không khí ồn ào xung quanh.

Tổ chức đấu tranh chống bị điếc

Đảo Batam ở Indonesia là một khu chế xuất rộng lớn. Các nhà máy lớn bé gia công hàng điện tử cho vài hãng lớn trên thế giới như Panasonic hay Philips.

Có một điều rất khác biệt ở Batam so với các khu sản xuất hàng điện tử khác trên thế giới chính là người lao động ở đây tham gia công đoàn. Các công ty than phiền rằng công đoàn ảnh hưởng đến việc sản xuất của họ nhưng ở Batam thì người lao động phải được trả lương thỏa đáng, được đối xử tôn trọng, bình đẳng và cùng có lợi. Công đoàn ở Batam thì thực sự dân chủ, vì người lao động, do người lao động tổ chức, đã gây áp lực rất lớn đến chính quyền và người sử dụng lao động.

Lúc đầu công đoàn Batam tập trung vào vấn đề tăng lương và lợi ích cho người lao động. Nhưng sau đó họ nhận thấy sức khỏe của người lao động hay tác động của công việc đến sức khỏe người lao động cũng quan trọng không kém. Công đoàn Hiệp hội Công nhân cơ khí Indonesia (FSPMI-thành viên của hội công đoàn công nghiệp toàn cầu) là một thành viên của công đoàn Batam với ban Sức khỏe và an toàn lao động rất vững mạnh.

FSPMI khởi động chiến dịch phản đối tiếng ồn khi những lao động trong khâu thử nghiệm loa có ý kiến về thính lực. Công đoàn đã đề nghị các tổ chức sức khỏe lao động hướng dẫn họ cách thử thính lực và biện pháp phòng tránh suy giảm thính lực.

Họ có máy đo thính lực và kiểm tra cho người lao động tại các cuộc họp công đoàn. Rất nhiều người có dấu hiệu suy giảm thính lực, không chỉ riêng nhóm người làm việc trong khâu thử nghiệm loa. Một số ít người chỉ nghe được một chút.



Lương là một phần nhưng sức khỏe mới là phần quan trọng hơn. Nếu chúng tôi bị bệnh thì cũng không có công việc và cũng không có thu nhập

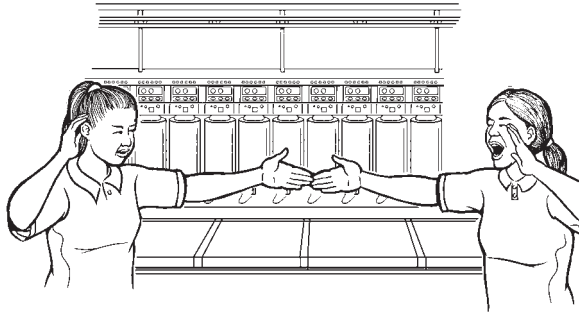
FSPMI đến gặp các chủ nhà máy cùng với kết quả kiểm tra thính lực. FSPMI nói rằng công ty cần giảm tiếng ồn và cung cấp nút tai, chụp tai cho người lao động khi làm việc. Họ cũng đề xuất công ty đo thính lực hàng năm khi khám sức khỏe và trước khi người lao động được nhận công việc. Với những người đã bị điếc, FSPMI yêu cầu công ty phải chịu trách nhiệm và đền bù thỏa đáng.

Các công ty vào cuộc, bắt đầu giảm tiếng ồn và đưa ra kế hoạch phòng ngừa điếc. Điều này có được một phần nhờ sự hăng hái tham gia của người lao động, phần nữa là do chính phủ Indonesia đã công nhận điếc là một bệnh nghề nghiệp.

Đề xuất gì nếu tiếng ồn quá lớn

Các dấu hiệu chứng tỏ tiếng ồn ở nơi làm việc quá lớn và có thể ảnh hưởng tới khả năng nghe bao gồm:

- bạn phải nói to khi nói chuyện với ai đó ở khoảng cách bằng hai cánh tay.
- bạn có thể nghe khó vào cuối giờ làm, nhưng sau khi rời khỏi nhà máy, được nghỉ ngơi thì lại nghe tốt.
- trong tai có tiếng “o o” vào cuối ngày làm việc.



Nếu bạn không thể nghe người khác nói gì trong khoảng cách bằng hai cánh tay chứng tỏ tiếng ồn quá lớn.

Bạn có thể không nhận ra ngay là mình bị điếc. Phần lớn mọi người nhận ra khi khó theo dõi các cuộc trò chuyện một cách rõ ràng. Đến khi bạn nhận ra là bạn mất khả năng nghe thì tổn thương này có thể là vĩnh viễn.

Chủ nhà máy không nên đợi đến khi người lao động không còn nghe thấy gì mới giảm tiếng ồn tại nơi làm việc. Bạn có thể chứng minh rằng tiếng ồn ở nơi làm việc rất nguy hiểm bằng cách đo tiếng ồn và kiểm tra thính giác của người lao động thường xuyên.

Đo tiếng ồn

Dùng thiết bị đo âm thanh để xác định mức ồn trên thang đo từ thấp tới cao. Đơn vị đo tiếng ồn được gọi là Dexiben. Làm việc trong môi trường âm lượng lớn hơn 90 Dexiben sẽ gây hại cho thính giác của bạn. Hãy đề nghị công đoàn hoặc chủ nhà máy cử ai đó kiểm tra tiếng ồn tại nơi làm việc.

Kiểm tra thính giác

Thính lực đồ là một xét nghiệm đo khả năng nghe thấy âm thanh từ thấp đến cao và từ nhỏ đến lớn. Nếu thính giác của một người lao động được kiểm tra định kỳ 6 tháng một lần, thính lực đồ có thể chỉ ra khả năng nghe của người lao động đó vẫn ổn định hay có dấu hiệu suy giảm. Nếu bạn sử dụng nút tai vào trong suốt thời gian làm việc, kiểm tra này có thể chỉ ra liệu nút tai có thể bảo vệ bạn được hay không. Điếc do tiếng ồn khác với điếc do tuổi tác; thử nghiệm này có thể chứng minh vấn đề nghe của bạn có phải do công việc gây ra hay không.

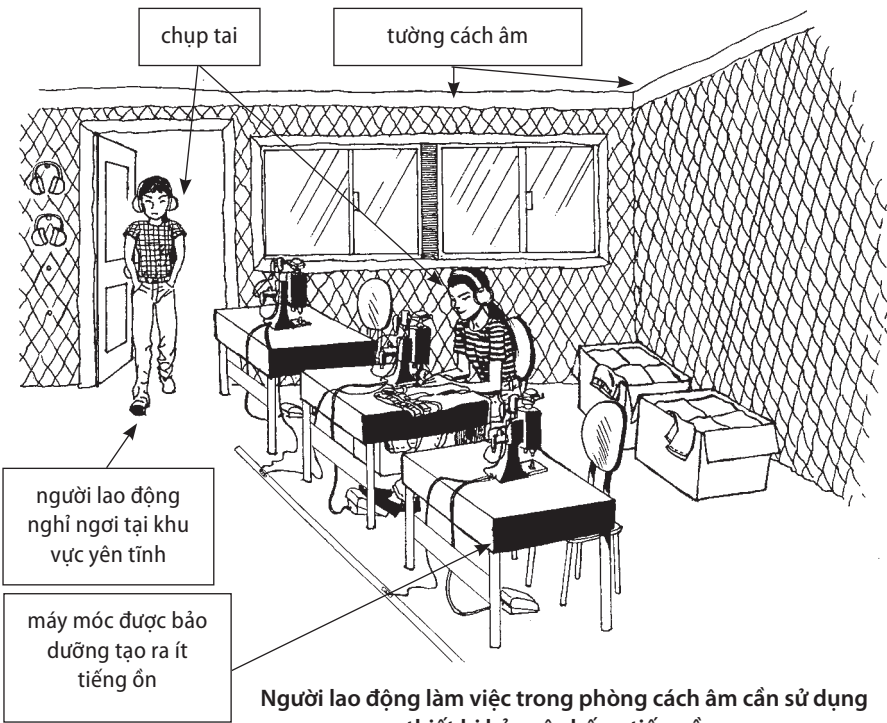
Làm thế nào để môi trường làm việc bớt ồn hơn

Kể cả nếu mỗi thiết bị trong nhà máy tạo ra tiếng ồn không lớn, nhưng khi tất cả chúng và con người cùng làm việc một lúc, tiếng ồn sẽ rất lớn. Có một vài phương pháp để làm giảm tiếng ồn.

Sử dụng máy móc ít tạo ra tiếng ồn. Đề nghị chủ nhà máy thay các loại máy móc cũ bằng một loại mới, ít tạo ra tiếng ồn hơn. Thành thạo, máy cũ cũng nên được bảo dưỡng để tạo ra tiếng ồn nhỏ hơn.

Đặt máy móc có tiếng ồn vào trong một không gian kín. Dựng một bức tường hoặc một hộp kín chụp lên chiếc máy đó để tiếng ồn không thoát ra ngoài. Đôi khi, người ta chỉ chụp chiếc hộp lên bộ phận gây ồn nhất của máy. Bức tường hoặc hộp được cấu tạo từ chất liệu hấp thụ âm như vỏ sò (hoặc bần), cao su, dạ nỉ hoặc xốp.

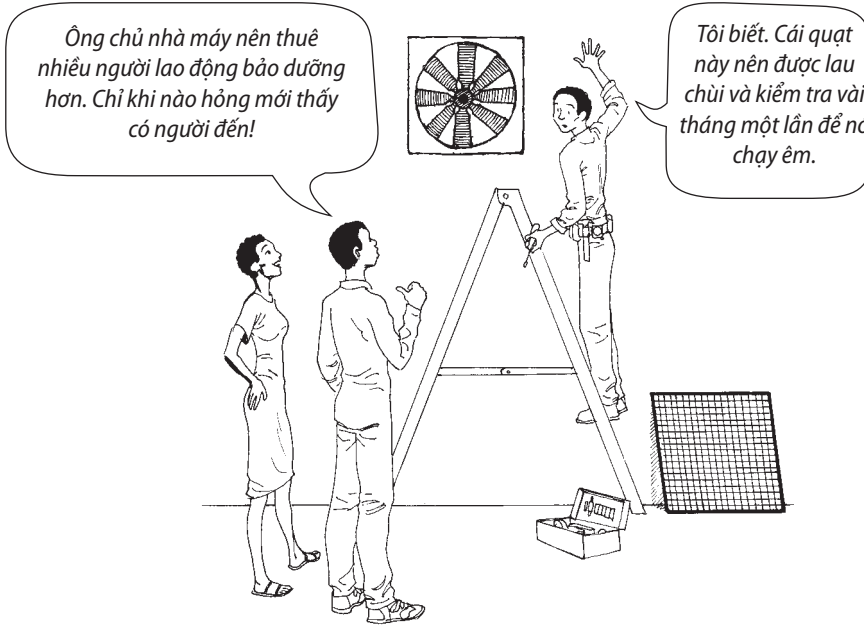
Đặt máy móc có tiếng ồn vào trong phòng cách âm. Mặc dù chưa phải là giải pháp tối ưu nhưng những loại máy gây tiếng ồn lớn có thể được đặt trong một phòng cách âm riêng biệt, vì vậy chỉ một vài công nhân phải tiếp xúc với tiếng ồn. Những người lao động này nên đeo thiết bị bảo vệ tai và thường xuyên ra ngoài phòng nghỉ ngơi. Bạn có thể giảm tiếng ồn bên trong phòng bằng cách dán lên bề mặt tường vật liệu hấp thụ âm thanh.



Hấp thụ âm:

- **trên tường, trần và sàn nhà:** Để toàn bộ nhà máy bớt ồn, hãy ốp lên trần, sàn, tường và các khu vực làm việc bằng các tấm hoặc màn che có chất liệu cách âm, dày ít nhất 5cm.
- **trên bề mặt hoặc dụng cụ kim loại:** Xe đẩy, thùng rác, xe lật bọc cao su và các bề mặt hoặc dụng cụ lót cao su sẽ làm giảm âm thanh của các bộ phận và dụng cụ kim loại khi chúng va chạm với nhau.
- **ở dụng cụ dùng khí nén:** bộ tiêu âm trên van vận hành của máy nén khí có thể làm giảm tiếng ồn của không khí thoát ra từ máy.

Duy trì thiết bị ở tình trạng tốt. Máy bị ồn là do khô dầu, do cần điều chỉnh lại hoặc một bộ phận của máy bị mòn. Bảo dưỡng và sửa chữa thường xuyên có thể giúp máy đỡ ồn.



Bảo dưỡng tốt giúp máy chạy êm.

Vấn nhỏ âm lượng. Một vài ông chủ nhà máy thường mở loa với âm lượng to để người lao động không nói chuyện và để họ làm việc nhanh hơn. Điều này khiến tiếng ồn ở nơi làm việc tăng cao hơn và nguy hiểm với thính giác của người lao động.



Chia sẻ khó khăn. Nếu bạn không thể khiến máy móc giảm tiếng ồn, người lao động có thể luân chuyển công việc để không ai phải làm việc tại khu vực ồn ào trong thời gian quá lâu. Tuy nhiên, đây không phải là giải pháp hữu hiệu, lâu dài để đối phó với vấn đề tiếng ồn.

Bảo vệ tai

Người lao động làm việc trong môi trường ồn nên đeo bao chụp tai hoặc nút tai chống ồn. Những dụng cụ này trước mắt có thể giúp bảo vệ thính giác của người lao động trong lúc họ đang đấu tranh để máy móc và nơi làm việc bớt ồn hơn.

Chụp tai là phương pháp bảo vệ tốt nếu chúng bám nhẹ nhưng chắc vào đầu và bao phủ toàn bộ tai. Chụp tai phải được vệ sinh thường xuyên và thay thế khi nó không còn khả năng bảo vệ.

Nút tai mềm dùng một lần có thể bảo vệ thính giác của bạn nếu chúng có kích thước phù hợp và có thể nhét vào trong tai. Chúng nên nhỏ vừa đủ để nhét thoải mái và vừa với lỗ tai. (Tham khảo: Bảo vệ cơ quan thính giác, từ trang 278 đến trang 279).

Bảo vệ cơ quan thính giác có thể ngăn bạn nghe tiếng báo động hoặc các phương tiện đang tới gần. Tốt hơn hết là loại bỏ tiếng ồn hơn là sử dụng các thiết bị che kín.

Chụp tai

Nút tai mềm

