

<b>Artykuł:</b> Co wpływa na akustykę mieszkania?	<b>Data:</b> 06.09.2024
--	----------------------------

## Co wpływa na akustykę mieszkania?

**Długotrwałe spędzanie czasu w nadmiernym hałasie może negatywnie odbijać się na naszym zdrowiu i samopoczuciu. Z tego względu europejskie regulacje prawne ściśle określają standardy akustyczne pomieszczeń tak, aby zapewnić spokój i komfort mieszkańcom. Warto również zwrócić uwagę na nowoczesne technologie i materiały stosowane w tym zakresie. Nie bez znaczenia pozostaje też sam projekt inwestycji.**

### **Szkodliwość hałasu**

Stowarzyszenie na Rzecz Lepszej Akustyki w Budynkach „Komfort Ciszy” podaje, że dźwięki, które na co dzień dochodzą do nas przez ścianę, osiągają natężenie na poziomie około 80 dB - odpowiada to natężeniu dźwięku wydawanego np. przez klakson samochodowy. Co istotne, długotrwałe przebywanie w zbyt hałaśliwym środowisku może prowadzić do poważnych problemów zdrowotnych, takich jak zaburzenia snu, stres, a nawet pogorszenie koncentracji i wydajności. Dobra akustyka mieszkania to tym samym jeden z głównych wyznaczników komfortowego życia. Jednak, jak pokazują badania Europejskiej Agencji



Środowiska, około 20 proc. Europejczyków jest w swoich mieszkaniach narażonych na szkodliwy poziom hałasu drogowego. Ponadto według “Barometru zdrowych domów”, cyklicznego ogólnoeuropejskiego raportu firmy VELUX, problem ten może dotyczyć aż 5 mln Polaków. - Mieszkanie w zbyt głośnym pomieszczeniu ma zdecydowanie negatywne skutki dla zdrowia, a problem złej izolacji akustycznej dotyczy niestety wielu lokali mieszkalnych. Dlatego inwestując w nowe lokum, warto zwrócić uwagę na jakość materiałów budowlanych i zastosowane w nich technologie dźwiękochłonne. Pamiętajmy o tym, że na akustykę mieszkań wpływa wiele czynników, w tym konstrukcja budynku, czyli grubość i materiał, z jakiego wykonane są ściany, podłogi oraz sufity, a także rozmieszczenie pomieszczeń - np. sypialnie powinny znajdować się w cichszych częściach budynku, z dala od źródeł hałasu takich jak ulice czy sąsiednie mieszkania. Najbardziej istotna jest jednak izolacja akustyczna. Właściwe materiały izolacyjne, takie jak wełna mineralna, pianki akustyczne czy specjalne maty, mogą znacznie zmniejszyć przenoszenie dźwięków pomiędzy pomieszczeniami – mówi Piotr Koszyk, członek zarządu Q3D Contract.

### **Technologie wspierające akustykę**

Współczesne technologie oferują szereg innowacyjnych rozwiązań, które pomagają w poprawie akustyki mieszkań. Do najpopularniejszych należą systemy modułowe, które można łatwo montować na ścianach i sufitach oraz inteligentne materiały zmieniające swoje właściwości w zależności od natężenia dźwięku. Coraz większą popularność zyskują również okna z podwójnymi lub potrójnymi szybami oraz specjalne drzwi akustyczne, które skutecznie izolują wnętrza od hałasu z zewnątrz. Dodatkowo, nowoczesne technologie umożliwiają instalację



systemów monitorujących poziom hałasu, co pozwala na bieżące kontrolowanie i dostosowywanie warunków akustycznych w mieszkaniu. Warto również zwrócić uwagę na zastosowanie roślinności, która nie tylko pełni funkcję dekoracyjną, ale także ma właściwości dźwiękochłonne. Dzięki tym rozwiązaniom mieszkańcy mogą cieszyć się spokojem i komfortem, niezależnie od warunków panujących na zewnątrz.

### **Regulacje prawne**

Ochrona przed hałasem i drganiami została również uwzględniona w najważniejszych europejskich aktach prawnych, regulujących kwestie budownictwa. W Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady UE nr 305/2011 wymieniana jest jako jedno z siedmiu podstawowych wymagań, które powinien spełniać obiekt budowlany. Oznacza to, że izolacyjność akustyczna ścian jest dla ustawodawcy nie mniej istotna niż nośność konstrukcji, energooszczędność czy bezpieczeństwo pożarowe. Polskie prawo też ściśle reguluje te kwestie. Zgodnie z rozporządzeniem Ministra Infrastruktury, poziom hałasu w pomieszczeniach mieszkalnych nie może przekraczać 40 dB w dzień i 30 dB w nocy, natomiast w kuchniach i łazienkach te normy wynoszą odpowiednio 45 dB i 35 dB, a przegrody zewnętrzne i wewnętrzne muszą mieć odpowiednią izolacyjność akustyczną- Zrozumienie i wdrożenie standardów akustycznych w budownictwie jest kluczowe dla zapewnienia mieszkańcom odpowiedniego komfortu życia. Dobra izolacja akustyczna nie tylko chroni przed szkodliwym wpływem hałasu, ale również wpływa na nasze zdrowie psychiczne i fizyczne. Właściwe podejście do akustyki w projektowaniu budynków jest inwestycją w jakość życia i dobrostan ich mieszkańców. W tym kontekście ważne są m.in.



współczynniki pochłaniania dźwięku. I tak, wartość 0,9 oznacza, że 90 proc. energii fali akustycznej jest przez dany materiał pochłaniana, a 10 proc. odbijane. Dobrymi materiałami dźwiękochłonnymi są te miękkie, porowate, a z kolei twarde i gładkie bardzo słabo pochłaniają dźwięk dochodzący do nas z otoczenia. O akustykę można też zadbać na etapie wykończenia lokalu. Dobrymi rozwiązaniami są m.in. podwieszane sufity, panele akustyczne, czy miękkie pokrycia podłogowe - dywany, wykładziny i specjalne maty akustyczne również pomagają w pochłanianiu dźwięków i redukcji np. hałasu uderzeniowego – mówi Piotr Koszyk, członek zarządu Q3D Contract.

