

Goda råd om att skapa bättre ljudmiljö

1) Fråga experterna före byggprojektet. Ju tidigare åtgärder för bra ljudmiljö sätts in, desto bättre. Ljudmiljöaspekter bör därför vägas in redan på projekteringsstadiet, innan olika lokaler byggs eller byggs om. Anlita akustiker redan från start, för att få expertråd om hur lokalen bör utformas, utifrån den verksamhet som ska bedrivas där. En undervisningslokal, till exempel, ska vara optimal för kommunikation och koncentration och bör hålla ljudklass A.

2) Gör en ljudmiljöanalys av befintliga lokaler. Anlita en akustikkonsult för att göra en ljudmiljöanalys – det vill säga ställa ”diagnos” på problemen och ge ”recept” på lösningar. Tänk på att följa akustikerns anvisningar om val av material, montering med mera. Annars finns det stor risk att åtgärderna inte får önskad effekt (se punkt 4). Om det inte är möjligt att uppnå bra ljudmiljö i en lokal för samtal och koncentration, bör man byta lokal.

3) Håll ljudet ute – ljudisolera. Ljud är lite som vatten – det läcker in i genom minsta springa. Bra ljudisolering av väggar, fönster och dörrar håller ute trafikljud och ljud från angränsande lokaler.

4) Sätt in akustiktak och väggabsorbenter. Ljudabsorberande material på väggar och tak ”suger upp” ljud och kan göra underverk för ljudmiljön. Ett akustiktak ska vara heltäckande och nedpendlat. Om det ligger dikt an innertaket försvinner en stor del av effekten.

Väggabsorbenter ska vara rätt stora för att få effekt. I en lokal för samtal ska de täcka väggen i ”prathöjd”, det vill säga cirka 0,9–2 meter över golvet. I dag kan absorbenter utformas som anslagstavlor eller dekorativa tavlor.

Köp alltid ljudabsorbenter av bästa kvalitet, som dämpar i rätt frekvenser (enligt akustikers rekommendationer). Var också noga med att de ska monteras av någon med särskilda kunskaper, eller enligt anvisningar från akustiker. Felaktig montering kan i värsta fall ge sämre ljudmiljö.

5) Åtgärda buller från fasta installationer. Brummande ventilationsljud ligger som en ljudmatta i många arbetslokaler. Sådant lågfrekvent buller blir mycket störande eftersom det gör det svårt att uppfatta tal. En samtalsvänlig lokal ska alltså ha så lite lågfrekvent buller som möjligt.

6) Åtgärda buller från maskiner. Dunkande kopiatorer, surrande datorer, gurglande kaffemaskiner... Det är mycket som låter på en arbetsplats som sällan beskrivs som buller, trots att det stör väldigt många. I de flesta fall är det enkelt att minska ljudet genom att placera maskiner i separata utrymmen eller bakom ljudabsorberande skärmar. Tänk också på att det ofta finns tystare maskinalternativ på marknaden.

7) Ljuddämpande golv. Stegljud kan bli riktigt störande. Satsa därför på att lägga in dämpande golvmaterial och textilmattor.

8) Ljudsmart inredning. Undvik hårda, parallella ytor, som skapar störande ljudreflexer. En vanlig bokhylla med bokryggars ojämna kanter kan göra stor skillnad, eftersom den gör att ljudet sprids (diffuseras) åt olika håll. Skåp med perforerade luckor gör att ljudet försvinner in i skåpet istället för att studsas mot luckan. Textilier (gardiner, mattor och dukar) har en ljuddämpande effekt. Det finns även ett växande utbud av ljuddämpande möbler, till exempel stolar som inte skrapar och bord där det knappt hörs när man ställer ner en kopp.

9) Ljudsmart planlösning och verksamhet. Bra ljudmiljö handlar inte bara om att skapa bra akustik, att isolera eller att åtgärda bullerkällor. Även en genomtänkt planlösning och verksamhetsorganisation gör att färre störs av ljud, till exempel på en arbetsplats. Till exempel kan ljudnivån sänkas genom att ha flera olika rum istället för ett enda stort kontorslandskap. Verksamhet som låter mycket bör inte ligga nära utrymmen för kommunikation och koncentration.

Lyssna
ring
så hör du
ett växande
rassel
miljö-
problem.
skrap