**Hluk ovlivňuje naše tělo více, než si myslíme**

Praha / Karlovy Vary, 20. července 2021 – **Staré přísloví říká, že ticho léčí. Na klinikách a v nemocnicích bohužel právě tento největší léčitel často chybí. Průměrná hladina hluku se za posledních 40 let ve zdravotních zařízeních zvýšila na 70 dB. Při některých operacích dokonce dosahuje až 110 dB, což odpovídá zvuku sbíječky! Proč je ticho pro zotavení důležité a jak z něho mohou těžit zdravotníci? O tom jsou následující řádky.**

Pokud se zotavujeme z nemoci či operace, snad každý lékař nám doporučí klid. A měl by doporučit i ticho. Podle vědeckých studií [[1]](#footnote-1) totiž hluk výrazně zvyšuje u pacientů hladinu stresu, ruší jejich spánek a zpomaluje tak proces zotavování. Nejohroženější jsou pacienti na jednotkách intenzivní péče, těsně po operaci a předčasně narození novorozenci.

**Zvukové prostředí snižuje opakované hospitalizace i medikaci**

Odpočinek a kvalita spánku mají vliv i na opakované hospitalizace. Podle švédské studie [[2]](#footnote-2) provedené na stovce pacientů s bolestmi hrudníku, potřebovalo po uplynutí tří měsíců opakovanou hospitalizaci o 56 % méně pacientů než v případě těch, kteří se zotavovali v hlučném prostředí.

Studie potvrzuje, že k dosažení významného zlepšení stačilo nainstalovat v nemocnici strop pohlcující hluk. Pacienti se v takovém prostředí lépe zotavovali a méně jich potřebovalo v následujících měsících opětovnou hospitalizaci. Snížilo se i množství léků, které potřebovali, a to až o 67 %.

**Tišší prostředí = méně pochybení zdravotníků**

Díky moderním přístrojům, alarmům, ale třeba i četnějšímu mluvenému slovu, se za posledních 40 let zvýšila průměrná hladina hluku o celých 15 dB na stávajících 70 dB. Pro představu – jedná se o stejnou intenzitu hluku, jakou například vytvoří potlesk v sále [[3]](#footnote-3). Navíc 70 dB představuje dvojnásobnou míru hlučnosti, než kterou pro rekonvalescenci doporučuje Světová zdravotnická organizace. A v neposlední řadě je třeba si uvědomit, že zvýšeným hlukem netrpí pouze pacienti, ale i zdravotnický personál.

Studie z nemocnice v dánském Hvidovre [[4]](#footnote-4) dokonce potvrdila pokles rizika lékařských pochybení po zlepšení akustických podmínek. *„Na sálech se kupříkladu během ortopedických operací může úroveň hluku vyšplhat až k 110 dB, což je úroveň, která již škodí sluchu a také logicky výrazně ztěžuje komunikaci personálu,“* objasňuje **Iveta Králová, Key Segments Manager ze společnosti Ecophon**.

**Na pohodlí pacientů i lékařů myslíme i v Čechách**

Je skvělou zprávou, že na odhlučnění se myslí už i v některých tuzemských zdravotních zařízeních. Dobrým příkladem je Nemocnice v Karlových Varech, kde vnímají hluk jako riziko nejen pro personál, ale i pro hospitalizované pacienty. Chráněným prostorem jsou lůžkové pokoje, ordinace, pokoje lékařů, operační sály a jejich stavební neprůzvučnost je u stropů 53 dB, u stěn 47 dB a u dveří dokonce pouhých 27 dB. *„Ticho léčí… to je často citovaná fráze. Právě proto je pro nás vytvoření moderního a příjemného pacientského prostředí s dobrou akustickou pohodou při modernizaci naší nemocnice velmi důležitým parametrem,“* uvádí **Ing. Martin Čvančara, MBA, vedoucí provozně technického úseku a zároveň člen představenstva Karlovarské krajské nemocnice a.s.**

Doufejme, že v blízké budoucnosti nastane doba, kdy se odhlučnění stane standardem ve všech zdravotních zařízeních v ČR. Ocení to nejen zdravotníci, ale především pacienti. Přeci jen, zdraví máme jen jedno a léčení těla i duše se týká každého z nás.

###

**Pokud budete potřebovat doplňující informace, obracejte se na:**Igor Walter

Account Director

Phoenix Communication, a.s.

Tel.: 777 658 876

E-mail: [igor@phoenixcom.cz](mailto:igor@phoenixcom.cz)

Společnost **Ecophon** vyvíjí, vyrábí a prodává akustické výrobky a systémy, které přispívají ke zlepšení prostředí pro práci, vzdělávání i osobní život a zároveň ke zvyšování celkového komfortu a výkonnosti lidí. Její experti ve spolupráci s prestižními akademickými institucemi provádí akustické studie a výzkumy, jejichž výsledky následně implementuje do rozvoje kvality a funkčnosti vlastních produktů. Společnost působí ve více než 44 zemích a zaměstnává přibližně 800 zaměstnanců. Je součástí skupiny Saint-Gobain a sídlo společnosti se nachází ve Švédsku. Ecophon je hrdým sponzorem Mezinárodního roku zvuku 2020–2021 - globální iniciativy, která zdůrazňuje význam zvuku a způsoby, jakými ovlivňuje náš každodenní život. Více informací naleznete na [www.ecophon.com/cz](http://www.ecophon.com/cz).

1. <https://experts.nebraska.edu/en/publications/noise-pollution-in-hospitals-impact-on-patients> [↑](#footnote-ref-1)
2. <https://www.ecophon.com/contentassets/d823d3279cd24c98b6697eb069fc6eab/CZ-good-acoustics-reduce-hospital-readmissions-huddinge.pdf> [↑](#footnote-ref-2)
3. <http://www.eprehledy.cz/hlucnost-decibely-priklady-hluku.php> [↑](#footnote-ref-3)
4. <https://www.ecophon.com/globalassets/media/pdf-and-documents/cz/hc-leaflets-male/cz_7798-good-acoustics-reduce-mistakes-in-operating-rooms-a5-v1-hvidovre.pdf> [↑](#footnote-ref-4)