

Wohnen in Ruhe schafft Lebensqualität

■ **WIR WERDEN** von zunehmendem Lärm im Alltagsleben beeinträchtigt und fühlen uns dadurch ganz gehörig belastet in unserer Lebensqualität. Lärm dringt nicht nur von außen nach innen, auch im Haus können Lärmquellen entstehen, die man bereits in der Planung berücksichtigen kann. Fakt ist, dass die Gesundheit leidet, wenn 65 Dezibel andauernd überschritten werden.



Das Haus als Rückzugsort und Oase zur Erholung wird manchmal zum Albtraum. Direkt vorbeiziehender Straßenlärm, laute Nachbarn, das gegenüberliegende Einkaufszentrum. Doppelt oder dreifach isolierte Fenster, eine gute Wärmedämmung als Schallschutz oder Rollläden an den Balkontüren sind Maßnahmen,

die bereits bei der Planung berücksichtigt werden sollen. Schallschutzfenster und Schallschutztüren werden schon von einigen Erzeugern angeboten. Auch die richtige Auswahl des Grundstückes schränkt von vornherein mögliche Lärmquellen wie Durchzugsverkehr oder Alarmsignale der Eisenbahn ein.

Aber was kann man tun, um im Inneren des Hauses Schall und Lärm einzudämmen? In der Planung kann schon vorweg der Schlafbereich der Eltern und Kinder von den restlichen Wohnräumen durch ein Stockwerk getrennt werden. Offenes Wohnen ohne Türen ist hier nicht empfehlenswert, insbesondere wenn man noch Kleinkinder hat, die tagsüber schlafen. Einen Sport- oder Partyraum plant man am besten im Wohnkeller oder im Dachgeschoß ein – in jedem Fall weit

weg von den Schlafräumen. Sollte jemand in der Familie regelmäßig ein Musikinstrument spielen, ist es ratsam, spezielle Schallschutzwände einzubauen, um den Rest der Familie nicht unnötig zu strapazieren.

Auch im Fußbodenaufbau kann man durch den Einbau von speziellen Trittschallelementen die Lärmbelastung beträchtlich minimieren.

Und dann steht dem Lebensgenuss im eigenen Haus gar nichts mehr im Wege. Außer das Handy läutet und läutet ...



Expertentipp

von Raimund Sulzenbacher (Firma Idealbau in Kitzbühel):

„Als BAUMEISTERHAUS-Partner helfen wir Ihnen schon im Vorfeld bei der Auswahl Ihres Grundstückes, um mögliche Lärmquellen von vornherein auszuschließen. Der Einsatz von Dämmmaterial in höchster Qualität verspricht ein ruhiges Leben im eigenen Haus. Die Auswahl der Fenster und Türen mit Schallschutz ist groß. Wir beraten Sie gerne über die optimalen Produkte.“

WAS IST LAUT? WAS LEISE?

LÄRMSTUFE	dB(A)	LÄRMWIRKUNGEN
Probelauf von Düsenflugzeugen	120	Gehörschädigung auch nach kurzer Zeit
Rockband, Disco	110	
manipuliertes Fahrzeug	100	
Kreissäge und Moped	90	
hochbelastete Autobahn, tags	80	Gehörschädigung ab 85 dB(A) am Ohr des Betroffenen
Hauptverkehrsstraße, tags	70	Risikoerhöhung f. Herz-Kreislauf-Krankheiten ab 65 dB(A)
Hauptverkehrsstraße, nachts	60	
ruhige Wohnstraße, tags	50	Kommunikationsstörungen
ruhige Wohnstraße, nachts	40	
Ticken eines Weckers	30	Schlafstörungen durch Mittelungspegel im Raum
Blätterrauschen	20	–
normales Atmen	10	–