

Information om buller

Buller som vi utsätts för till vardags kan bland annat komma från fläktar, hissar eller tvättstugor i fastigheten där vi bor. Det kan komma från grannen som spelar hög musik eller från den närliggande restaurangen. Buller kan även komma från byggarbetsplatser, väg- och järnvägstrafik, fläktar på närliggande byggnader

Buller eller inte?

Buller kallas det ljud som vi känner oss störda av och som vi helst vill slippa. Vad som uppfattas som buller varierar mellan olika personer.

Hälsoeffekter

Buller kan påverka vår hälsa negativt och medföra hörselskador. För mycket buller i vardagen kan göra att vi blir trötta och får svårt att koncentrera oss. Buller kan också leda till insomningssvårigheter och orsaka sömnstörningar och andra hälsoproblem. Ibland utsätter vi oss för skadliga ljudnivåer utan att vi uppfattar dem som buller. På gym, diskotek, konserter och vid många andra tillfällen kan ljudnivån ibland vara så hög att det finns risk för hörselskador. Hörselskador kan komma sakta om du under längre tid utsätter dig för höga ljudnivåer, men skadan kan också komma omedelbart.

Riktvärden

För att skydda människans hälsa mot skadligt buller finns olika riktvärden beroende på var bullret kommer ifrån.

Buller inomhus

Inom en fastighet kan t.ex. ventilationssystem, tvättstugor eller verksamheter ge upphov till störningar.

Riktvärden enligt Folkhälsomyndighetens allmänna råd om buller inomhus (FoHMFS 2014:13).

Buller inomhus	
Ljudtyp	Ljudnivå (dBA)
Ekvivalent ljudnivå (L_{AeqT})	30
Maximal ljudnivå (L_{AFmax})	45

Riktvärdet på 30 dBA som gäller för kontinuerliga störningar ska skydda mot bland annat sömnstörningar och talmaskeering. Det högre riktvärdet för maximalt buller, 45 dBA avser störningar som förekommer några få gånger under en natt och ska skydda mot bland annat insomningssvårigheter och uppvaknanden. Ljud med hörbara tonkomponenter kan uppfattas som störande redan vid ljudnivåer på 25 dBA och bedöms strängare. Musik innehåller också ofta lågfrekventa basljud som lätt kan spridas långa sträckor i en fastighet. Riktvärdet för bedömning av buller från musik är lägre än för övrigt buller, 25 dBA i ekvivalent nivå.

Höga ljudnivåer

På diskotek, vid konserter och liknande evenemang gäller enligt Folkhälsomyndighetens allmänna råd om höga ljudnivåer (FoHMFS 2014:15) följande riktvärden:

Buller på platser och i lokaler dit barn under 13 år inte har tillträde	
Ljudtyp	Ljudnivå (dBA)
Ekvivalent ljudnivå (L_{Aeq})	100
Maximal ljudnivå	115

Buller på platser och i lokaler dit både barn och vuxna har tillträde	
Ljudtyp	Ljudnivå (dBA)
Ekvivalent ljudnivå (L_{Aeq})	97
Maximal ljudnivå	110

Buller vid arrangeman särskilt riktade till barn	
Ljudtyp	Ljudnivå (dBA)
Ekvivalent ljudnivå (L_{Aeq})	90

Riktvärdena gäller både inomhus och utomhus. Vid evenemang som riktar sig till barn och barnfamiljer ska den ekvivalenta ljudnivån inte överskrida 90 dBA.

Buller från industrier

Buller från industrier kan ibland förekomma från transporter inom industriområdet, från materialhantering, fläktar och kompressorer. Enligt Naturvårdsverkets allmänna råd (SNV 1978:5) gäller följande riktvärden utomhus vid bostäder.

Buller från industri (frifältsvärden)			
Dag	Kväll	Natt	Natt
Kl. 07-18 (mån-fre)	Kl. 18-22 samt söndag och helgdag kl. 07-18	Kl. 22-07	Kl. 22-07 (Momentana ljud)
50 dBA	45 dBA	40dBA	55 dBA

Buller från industriområden består ofta av flera olika bullerkällor som totalt ger en hög ljudnivå.



Det kan därför vara svårt att avgöra vilka åtgärder som behövs för att minska störningarna.

Trafikbuller

Trafikbullrets karaktär kan variera. Det beror framför allt på hur många fordon som passerar, vilka bulleregenskaper fordonen har och hur fordonen framförs. Även väg- och spårkonstruktioner kan medföra specifikt buller, t ex. slagljud från övergångskonstruktioner till broar, brunnslock etc. Generellt kan sägas att när det gäller buller från vägtrafik överväger motorljudet vid låga hastigheter medan bullret från däck/vägbana tar överhanden vid högre hastigheter.



Foto: Göran Ekberg

Riktvärden för buller från vägtrafik finns i infrastrukturpropositionen 1996/97:53. Enligt riktvärden för trafikbuller vid nybyggnation av bostäder eller vid nybyggnation eller väsentlig ombyggnad av infrastruktur bör inte ljudnivåerna överskrida 55 dBA utomhus vid fasad samt 70 dBA maximal nivå på uteplats.

Buller från byggarbetsplatser

För buller från byggarbetsplatser gäller följande riktvärden för bostäder enligt Naturvårdsverkets allmänna råd (NFS 2004:15). Riktvärdena för buller utomhus gäller vid husets fasad och riktvärdena för buller inomhus gäller i bostadsutrymmen.

dBA	Helgfri Mån-fre		Lör-, sön- och helgdag		Samtliga dagar	
	Dag 07-19	Kväll 19-22	Dag 07-19	Kväll 19-22	Natt 22-07	Natt 22-07
	LAeq	LAeq	LAeq	LAeq	LAeq	LAFmax
Utomhus	60	50	50	45	45	70
Inomhus	45	35	35	30	30	45

Störs du av buller?

Om du störs av buller i din bostad ska du i förstahand vända dig till din fastighetsägare/bostadsrättsförening. Skriv gärna ner vilka tider på dygnet som bullret förekommer och försök att sakligt beskriva hur det låter.

Detta gör det lättare för din fastighetsägare att lokalisera störningen.

Samhällsbyggnadsförvaltningen handlägger i vanliga fall inte bullerstörning mellan grannar. Om du störs av buller från grannen i form av musik, prat, spring eller annat är det allra bästa att först kontakta den som stör så att denne har möjlighet att ändra sitt beteende. Om detta inte hjälper kan du istället vända dig till fastighetsägaren/bostadsrättsföreningen.

Störs du av buller från industrier eller andra företag kontakta verksamhetsutövaren i första hand och i andra hand kan du kontakta samhällsbyggnadsförvaltningen.

Om du störs av buller från väg- eller tågtrafik ska du i första hand kontakta väg/banhållaren och i andra hand kan du kontakta samhällsbyggnadsförvaltningen.

Fakta om ljud

Decibel (dB)	Logaritmisk enhet för ljudtrycksnivå. En ökning med 3 dB motsvarar en fördubbling av den fysikaliska ljudstyrkan.
dBA	Den uppmätta ljudnivån är filtrerad för att efterlikna örats känslighet för olika frekvenser.
Ekvivalent ljudnivå	Medelljudnivån under en viss tid.
Maximal ljudnivå	Nivån för ett kortvarigt ljud t ex. slagljud, skott.