

Lydkvalitet i bolig

Hvordan påvirker lydkvalitet i bolig personer med hørselsproblemer?

TØI rapport 1969/2023 • Forfatter(e): Astrid H. Amundsen, Kjell Vegard Weyde, Ronny Klæboe, Norun H. Krog, Gunn Marit Aasvang • Oslo 2023 • 34 sider

Det er rundt 300 000 personer med hørselsproblemer i Norge. Andelen med hørselsproblemer øker med alderen. Rundt 50 % av respondentene i spørreundersøkelsen oppgav at de «alltid/ofte» hadde vanskeligheter å høre hva som ble sagt i situasjoner med bakgrunnsstøy i boligen. Flere valgte bevisst rom uten andre bakgrunnslyder når de skulle prate med noen. Mange nye leilighetsbygg/boliger har åpen kjøkkenløsning, store vinduer, parkettgulv og yttervegger i mur. Dette er forhold som kan gi lang etterklangstid og dermed redusert taleforståelse, om ikke tiltak utføres for å bedre lydkvaliteten. For å redusere ulempene er det viktig å tilrettelegge for at nye og eksisterende boliger er tilpasset en livsløpsstandard, det vil si at de skal være universelt utformet og også tilpasset personer med hørselsutfordringer. Det er mulig å gjøre fysiske utbedringer av boligen for å bedre lydkvaliteten. Dette kan for eksempel være lydabsorberende materialer i vegg/tak/gulv, eller bruk av myke møbler, tepper, tykke gardiner mm. I tillegg er det mulig å ta i bruk tekniske hjelpemidler for å bedre tale-/lydforståelsen.

I Norge er rundt 300 000 hørselshemmede. Krav om fortetting gjør boligene mindre, og ønsket om å bygge nær trafikk-knutepunkter kan føre til at flere boliger blir støyutsatt. Samtidig øker bruken av hjemmekontor. Betydningen av god lydkvalitet i hjemmet, spesielt for de med hørselsutfordringer blir derfor viktigere. Det er derfor viktig å tilrettelegge for at boliger i Norge er utformet slik at problemene som nedsatt hørsel medfører reduseres. Formålet med prosjektet som beskrives i denne rapporten var å undersøke hvorvidt lydkvalitet i norske boliger gir hørselshemmede spesielle utfordringer, og om disse påvirker deres livskvalitet. Hva er det viktig å ta hensyn til når det gjelder lydkvalitet i bolig for hørselshemmede? Var det spesielle utfordringer knyttet til Covid-pandemien, og bruk av bolig? Hvilke erfaringer har man gjort seg internasjonalt?

Få internasjonale studier om temaet

Vi fant svært få studier av hvordan personer med hørselstap opplever lydmiljøet i egen bolig. Resultatene tyder på at støyplage hos personer med hørselstap ikke skiller seg vesentlig fra personer med normal hørsel, men kunnskapsgrunnlaget er for tynt til å trekke klare konklusjoner. Når det gjelder Covid-19, viser litteraturen at bruken av munnbind gjorde kommunikasjonen vanskeligere, det samme gjelder kommunikasjon via digitale plattformer.



Hjemmekontor og digital kommunikasjon er blitt mer utbredt også etter pandemien. Det er viktig å øke bevisstheten omkring kommunikasjon med personer med hørselstap både ved eventuelle fremtidige pandemier, og i den nye digitale hverdagen.

Støyplage i bolig – omtrent den samme for de med hørselsproblemer

Andelene personer med hørselsproblemer som plages av støy generelt, samt av tale og mediebruk mv. som trenger gjennom gulv/vegg mot nabo er omtrent de samme som for de uten hørselsproblemer. Hørselshemmede plages derimot noe mindre av høy musikk med bass og trommer gjennom vegg/gulv/tak, trinnlyd fra naboer som bor over, samt trinnlyd fra trappe-rom, svalgang og korridorer. Plage av støy vil påvirkes av situasjonen, så bakgrunnsstøy i situasjoner der en skal prate med andre eller lignende kan oppleves ulikt for personer med og uten hørselsproblemer (disse forskjellene mellom de med og uten hørselsproblemer har vi ikke data på i denne studien). Rundt 40 % oppgir at de synes myndighetenes lydkrav til boliger er for slappe, og svarene til hørselshemmede skilte seg ikke fra personer uten hørselsproblemer. Enkelte oppgav også at de var villig til å betale noe for å bedre lyd kvaliteten i boligen.

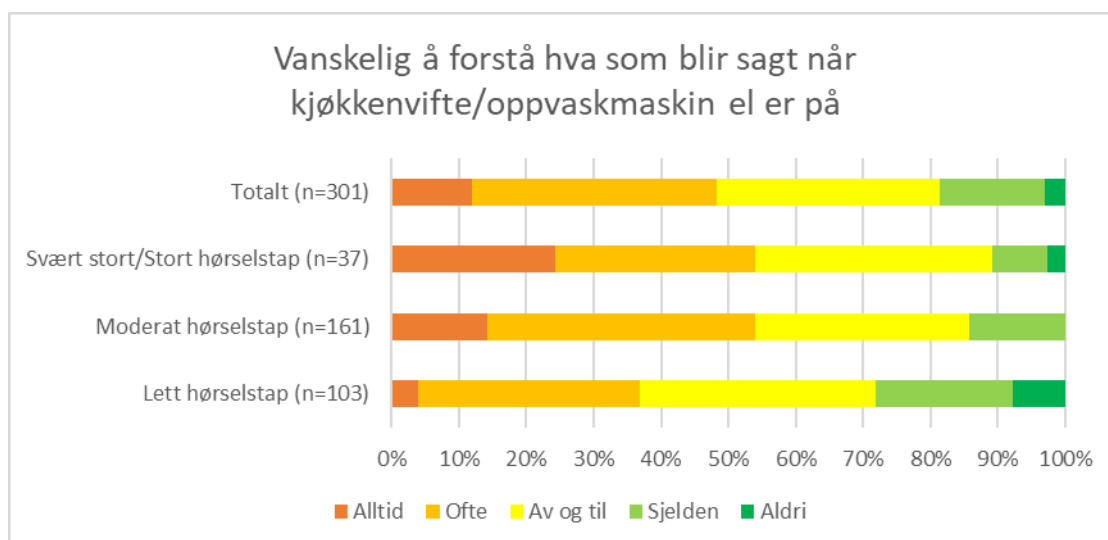
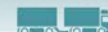
Mange med hørselsproblemer opplever dårlig tale/lydforståelse i bolig

Nesten 50 % av respondentene med hørselshemminger oppgav at de «alltid/ofte» hadde problemer med å få med seg hva som ble sagt når kjøkkenvifte/oppvaskmaskin var på, se figur S.1. Ytterligere ca. 35 % oppgir at dette «av og til» var et problem. De fleste personer som har hørselsproblemer må konsentrere seg ekstra for å høre hva som blir sagt eller for å tolke ulike tyder og hvor de kommer fra.

Over 40 % av de hørselshemmede oppgav at de «alltid/ofte» ble slitne eller stresset på grunn av hørselsproblemene de har. Totalt oppgav rundt 90 % at det hendte at de ble slitne eller stresset som følge av hørselsproblemene. Hvor sliten/stresset en blir vil blant annet kunne variere med hvilke situasjoner en befinner seg i, og hvor viktig det er å få med seg hva som blir sagt eller hva som skjer. Rundt 60 % oppgir at de «alltid/ofte» blir sliten når de har venner eller familie på besøk hjemme. Ikke uventet blir en mer sliten i situasjoner sammen med andre mennesker, enn når en skal få med seg hva som skjer på TV.

Rundt 50 % av de som hadde hatt digitale møter/undervisning synes det var vanskeligere å få med seg hva som blir sagt på digitale møter enn ved fysiske møter, mens enkelte studenter/elever mente det var lettere å få med seg hva som ble sagt på digitale møter på grunn av mindre bakgrunnsstøy. I overkant av 20 % av de som benytter PC på hjemmekontor/undervisning, har fått tilpasset PCen for å bedre lyd kvaliteten.

Kun 4 % oppgav at lyd kvaliteten i egen bolig var dårlig, og samme andel hadde foretatt bygningsmessige utbedringer på egen bolig, for å bedre lyd kvaliteten. Tiltak som var foretatt var bl.a. lyddempende plater i tak og vegger og lydisolerende dører. De fleste som hadde gjennomført tiltak i boligen oppgav at utbedringene hadde ført til bedringer av lyd kvaliteten. Det ble nevnt at det hadde vært en fordel om det kunne komme en person fra Høresentralen/Hjelpemiddelsentralen hjem til folk for å vurdere hvilke utbedringer av boligen/hjelpemidler som var mulig.



Figur S.1: Vurdering av hvor ofte hørselshemmede oppgir at det er vanskelig å forstå hva som blir sagt når kjøkkenvifte/oppvaskmaskiner el gir bakgrunnsstøy. Sett i forhold til selvrapporterte hørselsproblemer. I prosent.

Intervju av to personer med hørselsproblemer

Det viste seg vanskelig å rekruttere folk til den kvalitative undersøkelsen, og kun to personer ble intervjuet, begge kvinner i yrkesaktiv alder med små barn. Begge opplever ulike former for bakgrunnsstøy som utfordrende, og den ene bruker SMS som verktøy for å kommunisere med mannen sin hjemme. Den andre kvinnen bruker hjelpemidler som vekkerklokke med vibrasjon og brannvarsler og babycall med skjerm.

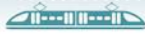
Ingen av deltakerne har gjort store endringer med tanke på lydqualität i hjemmet, men de har gjort mindre endringer, som å henge opp tekstilkunst, hyller på veggene, gardiner i vinduene og bruk av vegg-til-vegg tepper. Spesielt den ene deltakeren sier at disse tiltakene uten tvil har hjulpet på lyden. Begge fremhever viktigheten av å ha rom med dører som kan lukkes. Begge deltakerne opplever tilgangen på informasjon som for dårlig når det kommer til tiltak man kan gjøre for å bedre lydqualitätet hjemme.

Konklusjon

Kunnskapsgrunlaget når det gjelder hvordan personer med hørselsnedsettelse påvirkes av lydqualität i bolig er samlet sett spinkelt, og det er behov for mer forskning. Undersøkelsen indikerer at det kan være behov for veiledning om hvordan tiltak i bolig kan bidra til å redusere problemer knyttet til hørselstapet. Det kan synes som personer med hørselstap ofte ikke tillegger problemene de opplever som byggtekniske forhold, selv om de som har gjort tiltak på boligen opplever at det har hjulpet dem.

For å påse at alle boliger tilfredsstiller kravene til universell utforming, bør det vurderes å stille krav til etterklangstiden i boliger i NS 8175 "Lydforhold i boliger" og i Byggeforskriftene (TEK17).

Når det gjelder valg av fysiske løsninger for å bedre akustiske forhold i boligen, er det en fordel om valgte løsninger tilpasses beboerne til brukeren. Ulike løsninger kan være egnet for ulike lydfrekvensområder, dvs. at bruken av rommet kan påvirke hvor godt den aktuelle løsninger vil fungere. Det er også viktig å ta hensyn til luftqualität og eventuelle allergier når en velger løsning.



Om undersøkelsen

Rapporten presenterer resultater fra:

- en litteraturgjennomgang av internasjonal vitenskapelig litteratur
- to spørreundersøkelser
 - en reanalyse av dataene fra en spørreundersøkelse fra 2016 om lydkrav og støynivå i boliger (700 deltagere, med og uten hørselshemminger)
 - og en spørreundersøkelse fra 2022 blant medlemmer av Hørselshemmedes landsforbund (307 deltagere). Temaet var lyd kvalitet og taleforståelse i egen bolig, utfordringer knyttet til hjemmekontor og bruk av hjelpemidler, og hvorvidt det var utført bygningsmessige endringer for å bedre lyd kvaliteten.
- dybdeintervjuer om erfaringer med lyd kvalitet og tiltak i hjemmet for å bedre forholdene for personer med hørselsutfordringer.

Prosjektet er finansiert av Stiftelsen Dam.