

**Zeitschrift:** Wohnen

**Herausgeber:** Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger

**Band:** 51 (1976)

**Heft:** 10

**Artikel:** Der Lärm und wir

**Autor:** E.R.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-104642>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 20.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Der Lärm und wir

In den letzten Jahrzehnten sind durch die technische Entwicklung so viele Lärmquellen entstanden, dass wir, höchstens mit Ausnahme weniger Nachtstunden, nur selten völlige Ruhe um uns haben. Es stellt sich da die Frage: was können wir ohne Schaden auf die Dauer an Lärm ertragen? Darauf eine für alle gültige Antwort zu geben, ist nicht möglich, da die Empfindlichkeit gegenüber Geräuschen individuellen Schwankungen unterworfen ist.

Der robuste Mensch von phlegmatischer Veranlagung ist auch durch Lärm schwer aus der Ruhe zu bringen. Der Feinnervige aber, der unter den Geistesarbeitern häufig ist, wird schon durch mässige Geräusche so gestört, dass er nicht mehr arbeiten kann.

Im allgemeinen vernimmt das menschliche Ohr Schallschwingungen in der Zahl von 16 bis 20 000 pro Sekunde. Durch spezielle Geräte wird die Stärke des Schalls in sogenannten Phon gemessen. Die mit Hilfe dieser Instrumente aufgestellten Lärmtabellen geben z. B. schwachen Strassenlärm mit 30 Phon an, normales Sprechen mit 40, das Schreibmaschinenschreiben mit 60, Pressluft hämmer mit 110. Von eigentlichen Lärm betrieben spricht man, wenn an einer Arbeitsstätte mehr als 90 Phon gemessen werden, denn dies ist die kritische Grenze, bei der Lärmschädigungen zu erwarten sind. Bei 130 Phon ist die sogenannte «Fühlenschwelle» erreicht, d. h. diese Lautstärke wird nicht mehr als Geräusch, sondern als Schmerz empfunden.

Lärm mit Durchschnittswerten von 40 Phon ist für die meisten Menschen gut erträglich. Von da an aufwärts können bei längerem Anhalten für manche schon unangenehme Auswirkungen wie Ohrensausen, Kopfschmerzen und Schwindel auftreten. Wenn bei Lautstärken von ca. 85-90 Phon gearbeitet werden muss, treten Gehörschäden durchschnittlich nach 14 Jahren ein, bei höherem Lärmpegel schon nach 6 Jahren. Zuerst verliert man das Hörvermögen für die höheren Töne, später auch für die tieferen. Ist man auch dann noch weiter dem Lärm ausgesetzt, so nimmt das Leid mehr und mehr zu und wird unheilbar. In ausgesprochenen Lärm betrieben zählt die Schwerhörigkeit zu den Berufskrankheiten der Belegschaft.

Aber nicht nur der durch Arbeitsvorgänge und den Strassenverkehr verursachte Lärm führt zu Gehörschäden, auch der gesuchte «Lärm», der Hörge nuss, die Musik, ist nicht immer als harmlos freizusprechen. Reihenuntersuchungen an Jugendlichen in deutschen Gross städten haben die bestürzende Tatsache ergeben, dass 51 Prozent der Untersuch-

ten kein einwandfreies Gehör mehr besessen. Bei 19 Prozent war der Hörverlust schon empfindlich, bei zwei Prozent registrierten die Ärzte schwere Schäden. Die Gewohnheit der lautstarken Wiedergabe von Beat- und anderer Musik, oft über mehrere Stunden im Tag, wird nebst anderen unvermeidlichen Lärmeinwirkungen der Städte für diese Gehöreinbussen leichten bis schweren Grades verantwortlich gemacht. Zu den so erzeugten Schädigungen des Gehörs kommen noch als Nebenerscheinungen Herz- und Kreislauferkrankungen, Stoffwechselbeschwerden und Schlafstörungen hinzu.

Lärm setzt auch die Konzentrationsfähigkeit und damit die Arbeitsleistung herunter, jedoch nicht so stark, wie man früher annahm; das haben neuere Untersuchungen ergeben. Geistig Arbeitende sind bei dieser Feststellung allerdings ausgeschlossen.

Zum Glück steht man heute den Lärmschäden nicht machtlos gegenüber. Es gibt Möglichkeiten, die schädigende Wirkung des Lärms herabzusetzen, indem z. B. die Lärmarbeit auf eine kurze Zeit zusammengedrängt wird, mit Zwischenräumen, in denen lärm schwache Arbeiten zur Ausführung kommen. Ebenfalls wirksam sind Änderungen der Arbeitsvorgänge und der Werkstoffe.

Nebst solchen organisatorischen Massnahmen gibt es viele technische Möglichkeiten: Schallisolation, schallschluckende und schalldämmende Materialien, schallabweisende Wände usw.

Durch die hohe Wohndichte in den Städten ist auch der Hauslärm bedeutend. Ihm kann im Neuwohnungsbau durch bessere Isolierung der Wände und durch geeignete Einteilung der Wohnungen wesentlich gesteuert werden. In leichtgebaute Häusern setzt man für die Zukunft Hoffnung auf die Entwicklung schallschluckender Schaumstoffpäten, die nebst Geräuschen auch Kälte und Wärme zu mindern vermögen. Wir müssen aber systematisch alle Mittel zur Lärm bekämpfung einsetzen, einschliesslich einer zielbewussten Erziehung zur gegenseitigen Rücksichtnahme. E.R.

zeptieren, und er muss versuchen, auch die negativen Seiten dieser Zeit zu «ertragen». Dass es der älteren Generation schwerer fällt, sich an die veränderten Verhältnisse anzupassen, ist sicher verständlich. Je älter ein Mensch wird, um so weniger kann er sich an etwas Neues gewöhnen.

Schlimm wird es aber, wenn die Jungen für alles und jedes hinhalten müssen. Wenn ihnen stets vorgeworfen wird, wie gut es ihnen gehe und wie wenig sie, um viel zu erhalten, leisten müssten.

Dieser Missmut, so kann man fast täglich feststellen, wird dann so viel wie möglich und bei jeder Gelegenheit «verspritzt». Man denke nur an die Fahrten in Tram und Bus. Viel Unschönes und zudem ungerechtes Gezeter muss oft von den Passagieren mitangehört werden.

Oder fragen Sie die ältere Generation bei einer Begegnung nach deren Befinden. Thema Nr. 1 ist die vermeintlich kleine Auszahlung der AHV-Rente, von der man ja nicht leben könne, usw. Dann allerdings werden nicht – wie sonst bei jeder Gelegenheit – die guten alten Zeiten zitiert, in welcher die ältere Generation gar nichts vom Staat zu erwarten hatte und die Eltern, hatten sie nicht selbst etwas Geld gespart, allein auf die Gunst und den Unterhalt ihrer Kinder angewiesen waren. Damals wurden keine so schönen und preisgünstigen Wohnungen, bzw. Alterswohnungen zur Verfügung gestellt. Auch konnten unsere Grossmütter und -väter nicht überall auf Vergünstigungen zählen, sie konnten sich keine Reisen, keine Theaterbesuche usw. leisten. Glücklicherweise ist dies heute nicht mehr der Fall!

Während meiner langen Tätigkeit im Wohnungswesen habe ich es nur zu oft erlebt, dass aber gerade alte Menschen immer noch mehr wollen und dass häufig die Dankbarkeit für das Gebotene winzig klein ist, ja dass alles zur Selbstverständlichkeit gezählt wird.

Man sollte immer wieder bedenken, dass uns nichts im Leben nur Positives beschert, und in keinem Zeitalter war das Leben nur Sonnenschein und Honiglecken. Verfolgt man die Geschichte der Menschheit, muss doch festgestellt werden, dass das, was in den letzten 30 Jahren an sozialem Wohlergehen, speziell was in der Altersvorsorge und -fürsorge erreicht wurde, enorm ist. Dafür sollte man dankbar sein und seine Wünsche nicht immer noch höher stecken. Der schönste Zustand im Leben – und ganz besonders im Alter – ist die Zufriedenheit. Diese kann man aber nur erreichen, wenn man sich darum bemüht und die Zeit, in der wir leben, eben so akzeptiert, wie sie nun mal ist.

Nur so erlebt man ein glückliches Alter. Aber eben, Glück bekommt man von nirgends geschenkt, es ist die Folge vom eigenen Verhalten im Leben, man muss es selber steuern.

Marta Koch

## Unzufriedenheit unserer älteren Generation (Ein Leserbrief)

Es ist nichts Neues, wenn festgestellt wird, dass die Zeit, in der wir leben, in keiner Weise mehr mit derjenigen vor 20, 30 oder gar 40 Jahren zu vergleichen ist. Die langen Jahre der Hochkonjunktur haben die Gesellschaft verändert und ein ganz neues Weltbild geprägt. Jeder Mensch, ob alt oder jung, muss das ak-