

# Buller

*Det är sällan det är tyst i vår omgivning. Ljud som vi känner oss störda av och som vi helst vill slippa kallas för buller. Vad som uppfattas som buller varierar från person till person. Det gäller till exempel buller från restauranger, fläktar och trafik.*

## Hälsorisker

Bullerstörningar kan bland annat resultera i sömn- och koncentrationssvårigheter och hörselskador. Även en upplevd störning som påverkar välbefinnandet kan vara en olägenhet som ska leda till åtgärder. Störningsupplevelsen är individuell. Den påverkas också av den inställning man har till bullerkällan och hur man blir bemött när man påtalar störningen. Även om bara en person i fastigheten upplever ett ljud som störande, kan det visa sig att det överstiger de riktvärden som finns.

## Ljud

Det mänskliga örats förmåga att uppfatta ljud varierar med frekvens och ljudtrycksnivå. Ljudets frekvens ger upplevelsen om vilken ton ljudet har. Hörbart ljud ligger normalt inom frekvensintervallet 20-20 000 Hz. Förmågan att höra de lägsta och de högsta tonerna minskar normalt med åldern.

Ljudets styrka mäts i decibel (dB). Skillnaden mellan det svagaste ljudet ett friskt öra kan uppfatta och det starkaste ljudet det kan utsättas för utan att skadas är mer än en miljon gånger. Man använder en logaritmisk skala, dB-skalan. En fördubbling av ljudet innebär en ökning av ljudnivån med 3 dB. Det krävs dock att ljudnivån ökar med cirka 10 dB för att vi ska uppleva att ljudet fördubblas.

För att ta hänsyn till hur människans öra uppfattar olika frekvenser används ofta ett så kallat A-filter. Ljudtrycksnivåerna redovisas då i dBA.

A-vägningen kan ge en underskattning av de låga frekvenserna. När ljudet är uttalat lågfrekvent kan man mäta med C-filter också. En jämförelse mellan de olika värdena ger vägledning för om en fortsatt utredning av lågfrekvent ljud behövs.

## Bullerkällor inom fastigheten

Inom en fastighet finns en del vanliga källor till bullerstörningar. Det kan vara fläktar och kompressorer, verksamheter i byggnaden eller grannar. Musikbuller brukar upplevas som särskilt störande. Det beror på de lågfrekventa bastonerna och att ljudet varierar mycket. Även annat lågfrekvent buller från olika installationer, upplevs ofta som störande vid mycket låga nivåer. Det har visat sig svårare att "vänja sig" vid den typen av ljud. De lågfrekventa ljuden fortplantar sig lättare via byggnadsstommen och genom väggar, tak och golv.

Vid klagomål på buller bör du som fastighetsägare börja med att se över om det finns uppenbara åtgärder som du kan vidta för att minska störningarna.



Kristianstads  
kommun

**Miljö- och samhällsbyggnadsförvaltningen**

Västra Storgatan 12, 291 80 KRISTIANSTAD  
Tfn 044-13 50 00, E-post: [kommun@kristianstad.se](mailto:kommun@kristianstad.se)

Hemsida: [www.kristianstad.se](http://www.kristianstad.se)

Det kan röra sig om relativt enkla åtgärder, till exempel att byta ut slitna maskindelar. För att minska buller från fläktar och kompressorer som sprids via byggnadsstommen kan du montera ett vibrationsdämpande material vid infästningspunkter. Om det finns verksamheter i byggnaden kan en framkomlig väg vara att reglera tider eller ljudnivå på musik. Det är viktigt att du som fastighetsägare håller hyresgästen informerad om vilka bedömningar du gör och vilka åtgärder som är aktuella.

Vid mer komplicerade bullerproblem kan en bullermätning behöva göras för att utreda om bullret överstiger riktvärdena. En konsult på området bör också kunna ge råd om vilka åtgärder som är effektiva.

### Byggbuller

Skyddsåtgärder vid byggarbeten kan handla om att välja rätt metoder och maskiner, förlägga bullrande arbeten till tider som är mindre störningskänsliga, och att anlägga bullerskärmar. Det är viktigt att kringboende informeras om vad som ska ske och hur länge byggarbetena ska pågå. Det finns särskilda riktvärden från Naturvårdsverket för byggbuller.

### Buller från externa källor

Din fastighet kan också vara utsatt för bullerstörningar från närliggande verksamheter, som industribuller, musik, andra fastigheters installationer osv. Vi rekommenderar att du då tar kontakt med den som orsakar störningen och diskuterar hur problemet kan lösas. Dina hyresgäster kan också vända sig till oss på miljö- och samhällsbyggnadsförvaltningen med klagomål. Vi kontaktar då verksamheten och tar in underlag för en bedömning. Miljö- och hälsoskyddsnämnden har antagit en policy för bedömning av musikbuller. Den kan du läsa på vår hemsida.

Trafiken är en stor källa till buller. Vid problem kopplade till kommunala vägar, ta i första hand kontakt med C4 Teknik. Trafikverket har ansvar för utredning och åtgärder vid statliga vägar.

### Riktvärden inomhus

Folkhälsomyndigheten har allmänna råd om buller inomhus (FoHMFS 2014:13). Där finns riktlinjer för bedömning av buller inomhus:

### Buller i A-vägda nivåer

Bullertyp	Ljudnivå dBA
Ekvivalent (genomsnitt)	LAeq = 30
Maximalt (t.ex. dunsar och slammer)	LAmix = 45
Ljud med hörbara tonkomponenter	LAeq = 25
Ljud från musikanläggningar	LAeq = 25

### Lågfrekvent buller

Det lågfrekventa ljudet delas in i 9 tersband (ingen A-vägning):

Tersband (Hz)	Ekvivalent ljudnivå (dB)
31,5	56
40	49
50	43
63	42
80	40
100	38
125	36
160	34
200	32

### Riktvärden utomhus

Naturvårdsverket anger i råd och riktlinjer för externt industribuller (SNV 1978:5) riktlinjer för hur mycket det får låta utomhus från bullerkällor som ligger utanför fastigheten. Riktlinjerna gäller inte för trafikbuller.

Tidpunkt	Dag 07-18	Kväll 18-22 samt söndag och helgdag 07-18	Natt 22-07
Ekvivalent ljudnivå utomhus, dB(A)	50	45	40

Riktvärdena gäller vid bostad. Tonalt ljud och impulsljud ger en skärpning med 5 dB.

### Läs mer

Information om buller finns hos:  
Folkhälsomyndigheten, sök på buller, [www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)  
Naturvårdsverket, [www.naturvardsverket.se](http://www.naturvardsverket.se)

På vår hemsida [www.kristianstad.se](http://www.kristianstad.se) finns mer information om egenkontroll för fastighetsägare.