

Fakta om **støj og akustik**

Støj behøver ikke at være høreskadende for at være et arbejdsmiljøproblem. Selv relativt lave støjniveauer kan give træthed, hovedpine og koncentrationsbesvær. Samtidig har de akustiske forhold stor betydning for, hvordan støj opleves. Derfor skal unødigt støjbelastning undgås, og arbejdsrum skal indrettes med tilfredsstillende akustiske forhold.



Det siger loven



- Støj måles i decibel, dB(A), og er et udtryk for lydets styrke. Der gælder grænseværdier for høreskadelig støj, herunder en øvre grænseværdi på 85 dB(A) (daglig støjbelastning). Dette niveau forekommer normalt ikke i kontormiljøer
- Der er ikke fastsat bindende grænseværdier for, hvor meget støj må forstyrre kontorarbejdet, da oplevelsen af støj ikke kan måles objektivt. I faglige vejledninger om kontorarbejde anvendes ofte et niveau på ca. 45-50 dB(A), som rettesnor ved koncentrationskrævende arbejde, idet almindelige samtaler ellers lettere opleves som forstyrrende
- Unødigt støjbelastning skal undgås, hvis den med rimelige tekniske eller organisatoriske foranstaltninger kan reduceres. Fx kan printeren flyttes til særskilt rum
- Arbejdspladsen skal indrettes, så den ansatte ikke påvirkes af støj fra andre arbejdspladser, processer eller tekniske installationer
- Arbejdsrum skal være indrettet, så de akustiske forhold, under hensyn til rummets anvendelse, er tilfredsstillende, fx kontor, møderum, call-funktioner

Arbejdsgiveransvaret



Arbejdsgiveren har ansvaret for, at arbejdet planlægges, tilrettelægges og udføres, så det er sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt.

Et godt arbejdsmiljø skabes i praksis gennem samspillet mellem organisationens rammer og prioriteringer, den lokale ledelse, arbejdsmiljøorganisationen og medarbejderne.

Organisation (strategisk niveau)



- Fastlægge overordnede principper for adfærd i kontormiljøer, herunder håndtering af telefonmøder, online møder, brug af headset, stillezoner og samarbejdszoner
- Sikre, at indretning, byggeri og ombygning indtænker akustik gennem valg af materialer, lofter, vægge og gulve. Tæpper dæmper - hæle på hårde gulve giver genlyd
- Fastlægge principper for placering af støjende funktioner og udstyr, fx printerrum og fællesområder og sæt kaffemaskinen væk fra arbejdende
- Sikre, at støj og akustik indgår systematisk i APV, arbejdsmiljødrøftelser og opfølgning



Ledelse (lokal)



- Tilpasse de fælles principper om adfærd til lokale arbejdsopgaver og behov, herunder fx brug af head-set, placering af telefonmøder og hensyntagen i fællesrum, og brug af stillezoner
- Følge op, hvis de fælles spilleregler ikke fungerer i praksis
- Facilitere dialog om konkrete støjproblemer i afdelingen

Arbejdsmiljøorganisation



- Medvirke ved kortlægning og vurdering af støj- og akustikforhold
- Involvere sig i APV, handlingsplaner og opfølgning
- Bidrage med forslag til forebyggende løsninger
- Følge op på effekten af gennemførte tiltag
- Drøfte støjforhold i arbejdsmiljøorganisationen og følge op på effekten af iværksatte tiltag

Medarbejder



- Medvirke til, at fælles aftaler om støj og arbejdsmiljø efterleves i praksis
- Vise hensyn i daglig adfærd, fx ved samtaler, telefonmøder og brug af teknisk udstyr
- Bruge møderum eller stillezoner, som er etableret for at reducere støj
- Bidrage til dialog om eventuelle støjgener
- Bidrage konstruktivt til dialog om støj og akustik, fx i teammøder eller APV opfølgning

Lovgrundlag

- Lov om arbejdsmiljø, jf. LBK nr. 442 af 24. april 2026
- Bekendtgørelse om faste arbejdssteders indretning, jf. BEK nr. 607 af 29. juni 2026
- Bekendtgørelse om beskyttelse mod udsættelse for støj i forbindelse med arbejdet, jf. BEK nr. 63 af 6. februar 2006, med senere ændringer, særligt §§ 3, 4 og § 9
- Bekendtgørelse om arbejde ved skærmterminaler, jf. BEK nr. 1108 af 15. december 1992, bilag 1, punkt 2b
- Bygningsreglementet 2018 (BR18), herunder relevante bestemmelser om lydforhold/ og akustik