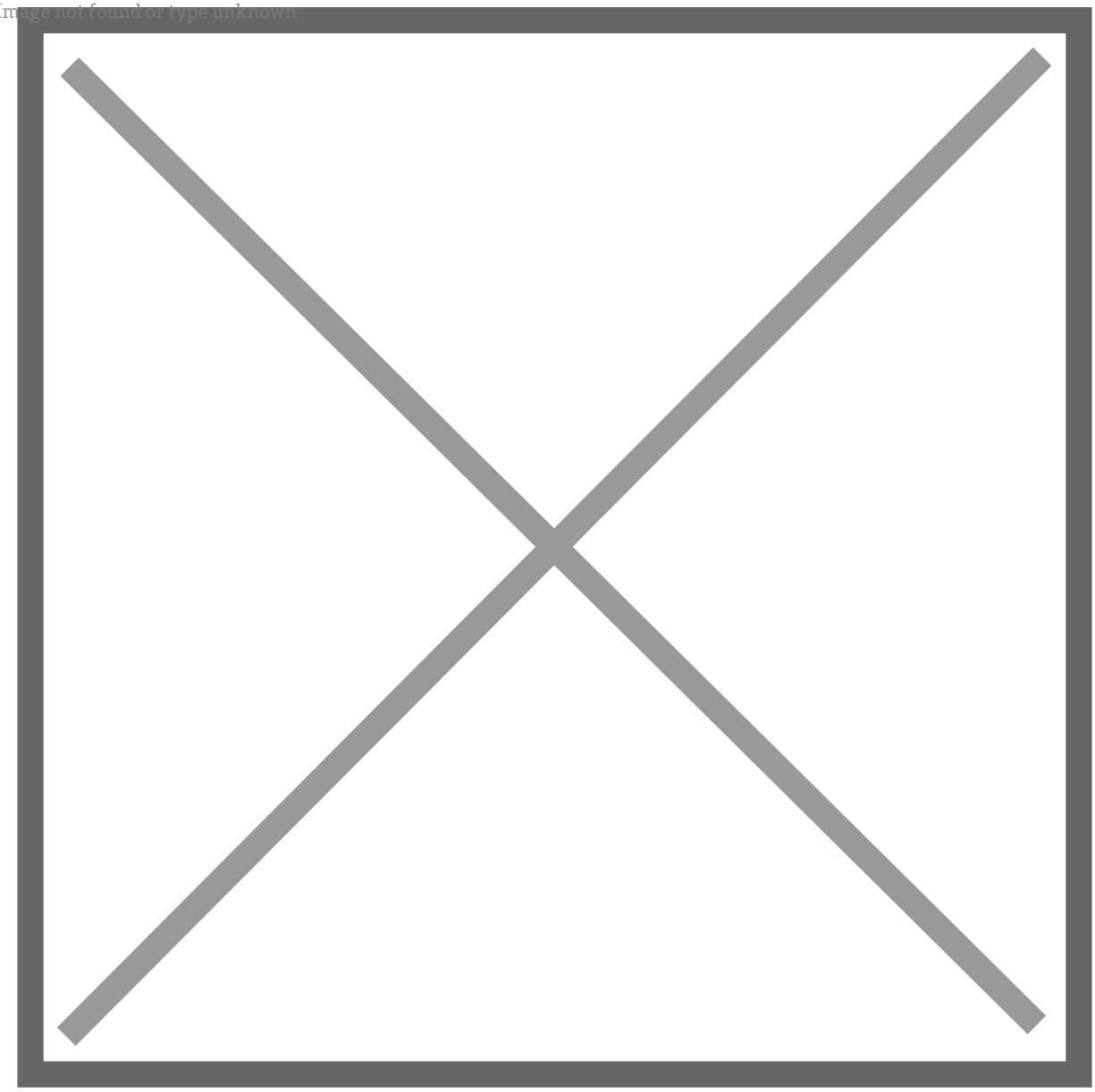
NORAH
Lärmwirkungsstudie

Lärm als Teilnahmekriterium

Image not found or type unknown



Über 200 Personen nahmen zwischen 2011 und 2013 an der Studie teil. Entscheidend für ihre Auswahl war der Lärm, der in ihren Schlafzimmern ankam. Fluglärm musste deutlich zu hören sein, dafür aber kaum Straßen- und Schienenlärm. Ein weiteres Kriterium: Die Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer mussten einen regelmäßigen Schlafrhythmus pflegen und „schlafgesund“ sein. Menschen, die im Schichtdienst arbeiteten oder an Erkrankungen litten, die das Schlafverhalten beeinflussen, durften nicht teilnehmen. Diese strenge Auswahl war wichtig, um andere Ursachen als Lärm für Schlafstörungen so weit wie möglich auszuschließen.