NORAH
Lärmwirkungsstudie

Das Schlaferleben aus Sicht der Teilnehmenden

Zusätzlich zu den Schlafmessungen befragte das NORAH-Team alle Teilnehmenden, wie sie selbst ihren Schlaf beurteilten – schließlich sind das Schlaferleben und die Störung durch Fluglärm auch in hohem Maß eine Frage der persönlichen Wahrnehmung.

2011: Häufige Überflüge machen müde

Am Morgen nach jeder beobachteten Nacht fragte das NORAH-Team alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer, wie schläfrig und müde sie sich fühlten. Für die Antworten nutzten sie mehrere Skalen, die in wissenschaftlichen Schlafstudien zum Standard gehören. Die Forscherinnen und Forscher hatten damit gerechnet, dass die Anwohner bei einer höheren Lärmbelastung ihren Schlaf auch subjektiv schlechter bewerten würden. Und tatsächlich ergab sich für das Untersuchungsjahr 2011, in dem noch regelmäßig nächtliche Flüge stattfanden, dass die Befragten nach einer Nacht mit vielen Überflügen am Morgen subjektiv müder waren.

NORAH
Lärmwirkungsstudie

2012 und 2013: Schläfrigkeit steigt trotz seltenerem Aufwachen

Führte die Einführung eines Verbotes planmäßiger Flüge zwischen 23 Uhr und 5Uhr zu einer Verbesserung der subjektiven Schlafbewertung?

Mehr erfahren (https://www.laermstudie.de/ergebnisse/ergebnisse-schlafstudie/schlaferleben-aus-sicht-der-teilnehmer/2012-und-2013-schlaefrigkeit-steigt-trotz-seltenerem-aufwachen/)

NORAH-Schlafstudie: Dokumente zum Download

- NORAH-Schlafstudie: Wissenschaftlicher Ergebnisbericht PDF, 5 MB (https://www.laermstudie.de/media/download/schlafstudie_wiss_ergebnisbericht.pdf)
- NORAH-Schlafstudie: Zusammenfassung PDF, 183 kB (https://www.laermstudie.de/media/download/schlafstudie_zusammenfassung.pdf)
- NORAH Schlafstudie: Stellungnahme WBQ PDF, 102 kB (https://www.laermstudie.de/media/download/schlafstudie_stellungnahme_wbq.pdf)

Sie haben Fragen?

Icon Kontakt Lärmstudie
Image not found or type unknown

So erreichen Sie uns
Gemeinnützige Umwelthaus GmbH
Rüsselsheimer Str. 100
65451 Kelsterbach
Tel. +49 6107 98868-0
Fax +49 6107 98868-19
norah@umwelthaus.org