NORAH
Lärmwirkungsstudie

Die NORAH-Schlafstudie in Bildern



Die Schlafstudie fand bei den Probanden zuhause statt: nicht im Schlaflabor, sondern unter realistischen Bedingungen, z.B. wie hier, direkt in der Einflugschneise.

Gemeinnützige Umwelthaus GmbH - Rüsselsheimer Str. 100 - 65451 Kelsterbach
Tel. +49 6107 98868-0 - Fax. +49 6107 98868-19

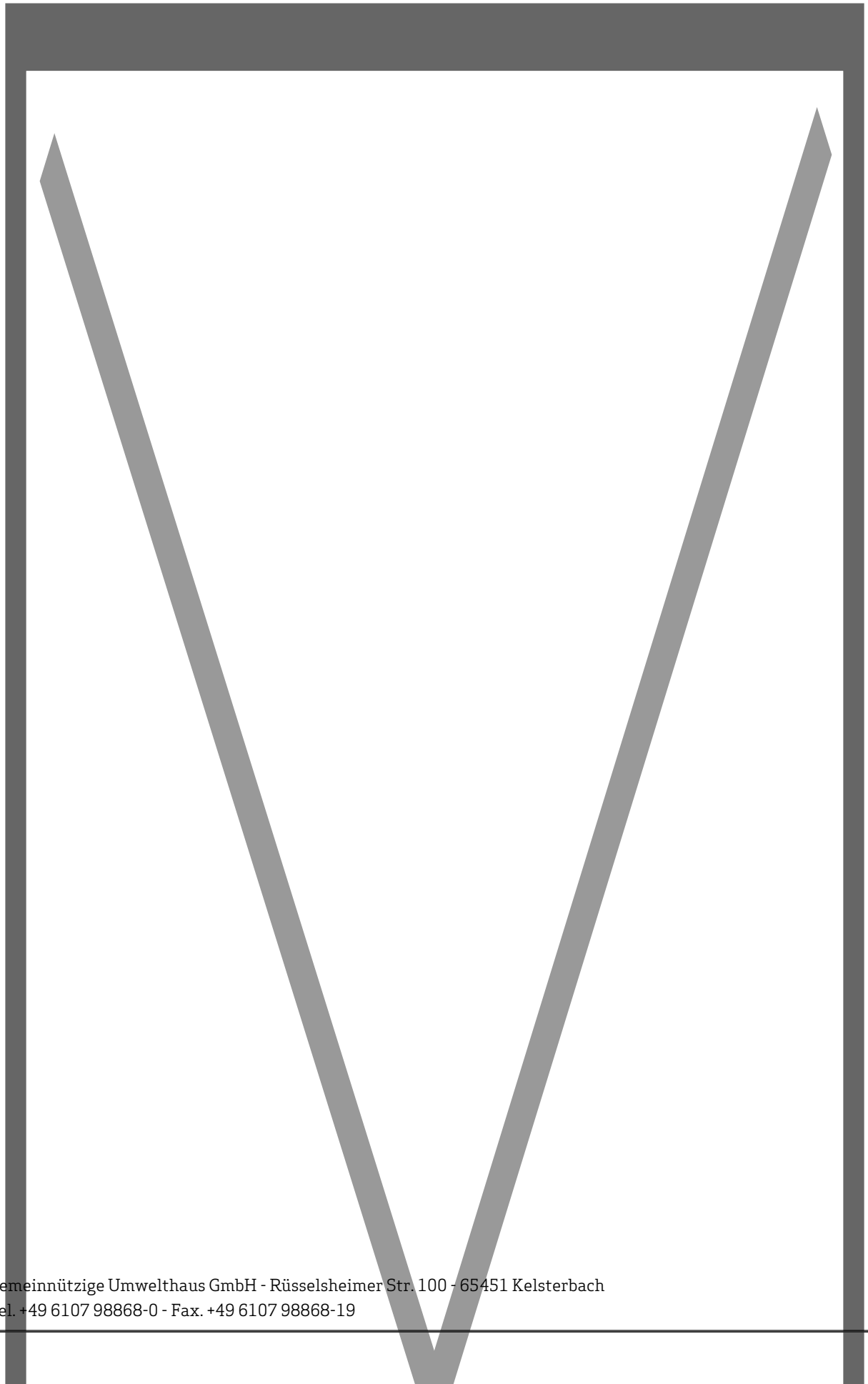
NORAH
Lärmwirkungsstudie



Ein Teil des wissenschaftlichen Equipments zur Schlafaufzeichnung: Elektroden, Fingerpulssensoren, Material zur Hautreinigung usw.

NORAH
Lärmwirkungsstudie

Image not found or type unknown



Gemeinnützige Umwelthaus GmbH - Rüsselsheimer Str. 100 - 65451 Kelsterbach
Tel. +49 6107 98868-0 - Fax. +49 6107 98868-19

NORAH
Lärmwirkungsstudie

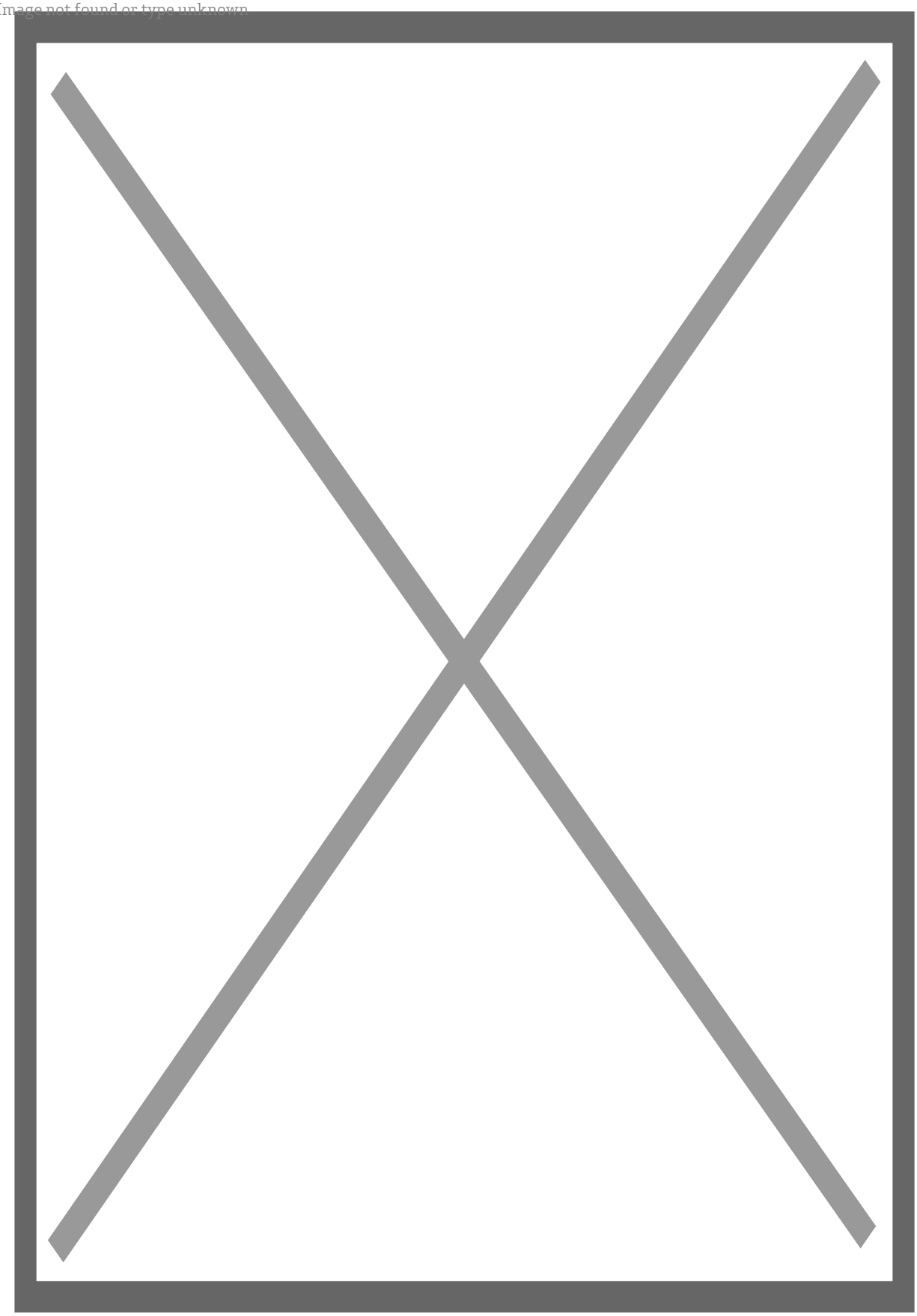
Vorbereitungen für die Nacht: Vor dem Zubettgehen legen die Wissenschaftler den Studienteilnehmern die Elektroden an. Die Untersuchungen wurden an jeweils 3 oder 4 Nächten durchgeführt.



Abends und morgens halfen die Wissenschaftler beim An- und Ablegen der Elektroden. Das dauerte zusammen mit anderen Messungen und Fragebögen abends etwa 1 Stunde, morgens ca. 25 Minuten. Diese aufwändige Methode, „Polysomnographie“ genannt, kam in den Jahren 2011 und 2012 zum Einsatz.

NORAH
Lärmwirkungsstudie

Image not found or type unknown



Gemeinnützige Umwelthaus GmbH - Rüsselsheimer Str. 100 - 65451 Kelsterbach
Tel. +49 6107 98868-0 - Fax. +49 6107 98868-19

NORAH
Lärmwirkungsstudie

Die Brustgurte kontrollierten die Atmung der Studienteilnehmer während des Schlafes.

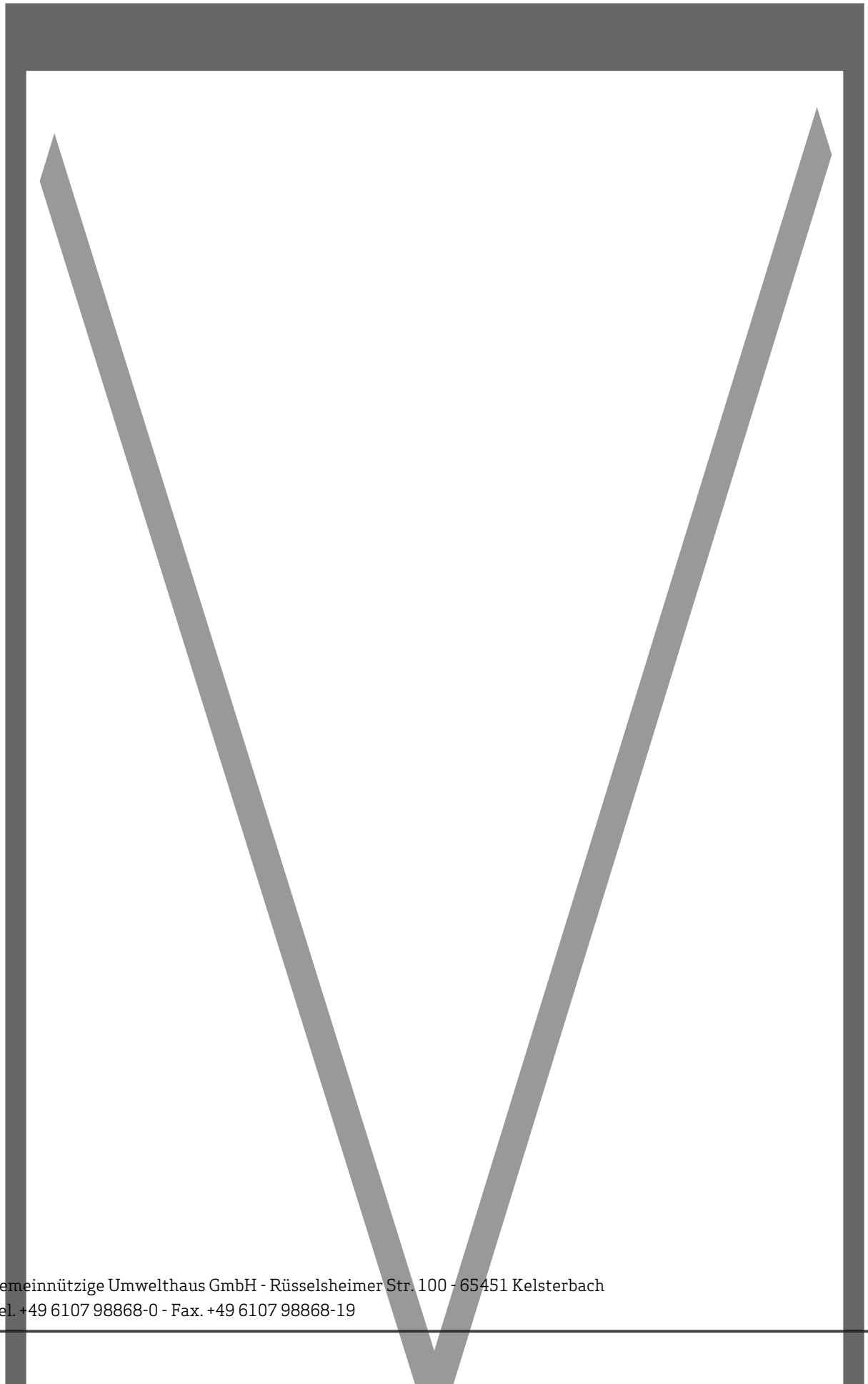


NORAH
Lärmwirkungsstudie

Wie gut die Studienteilnehmer in der ersten Nacht schliefen, war für die Studie noch nicht relevant: Diese Nacht galt als „Anpassungsnacht“, in der sich die Probanden an das Schlafen mit Elektroden und die Verkabelung gewöhnen konnten. Erst ab der zweiten Nacht wurden die Messungen der Schlafqualität für die Studie berücksichtigt.

NORAH
Lärmwirkungsstudie

Image not found or type unknown

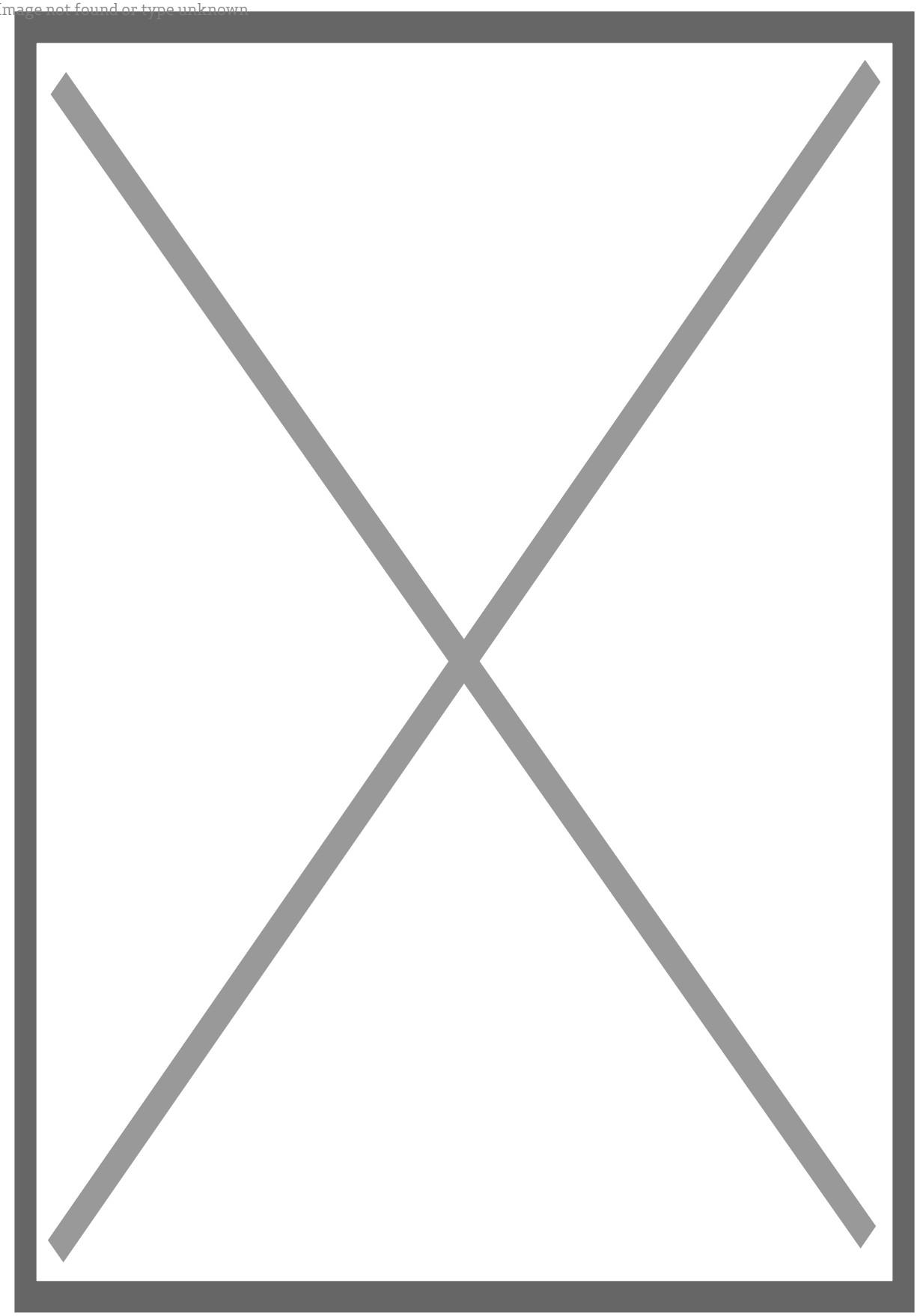


Gemeinnützige Umwelthaus GmbH - Rüsselsheimer Str. 100 - 65451 Kelsterbach
Tel. +49 6107 98868-0 - Fax. +49 6107 98868-19

Der Klasse 1 - Schallpegelmesser zeichnete den Schallpegel, denen die Probanden in der Nacht ausgesetzt waren, auf.

NORAH
Lärmwirkungsstudie

Image not found or type unknown



Gemeinnützige Umwelthaus GmbH - Rüsselsheimer Str. 100 - 65451 Kelsterbach
Tel. +49 6107 98868-0 - Fax. +49 6107 98868-19

NORAH
Lärmwirkungsstudie

Auch die Beschaffenheit der Schlafzimmerfenster und die Ausrichtung der Räume wurden in der NORAH-Studie berücksichtigt. Was zählt, ist der Schall, der tatsächlich das Ohr der Schlafenden erreicht.