

Ky dokument nuk është prova. Prova janë bajtët e ruajtur: HTML-ja e faqes, pamja e saj, dhe zinxhiri i hash-eve që i lidh. Kjo dëshmi është paraqitja e tyre, e prodhuar automatikisht. Verifikohet me kodin më poshtë **pa na pyetur ne**.

ARTIKULLI

TITULLI	Shëndeti publik - Ndotja akustike është një problem serioz, por shpesh i neglizhuar
ADRESA	https://www.syri.net/shendet/920072/ndotja-akustike-eshte-nje-problem-serioz-por-shpesh-i-neglizhuar/
BURIMI	syri.net
GJENDJA	online

KOHA

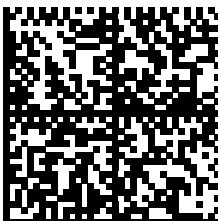
KAPUR NGA NE	30 shtator 2026, 07:20:39 UTC <i>Dritarja jonë e pasigurisë: ± 300 s — intervali me të cilin e kontrollojmë këtë burim.</i>
DEKLARUAR NGA PORTALI	30 shtator 2026, 07:09:07 UTC <i>Koha e deklaruar vjen nga pala që po vlerësohet. Ora jonë nuk preket prej saj, dhe të dyja shfaqen këtu të ndara.</i>

HASH-ET · SHA-256

PËRMBAJTJA	872c265200c60beddf27135264a0cd2572d06434d54b67f5bef6e2120cd1ac93
TEKSTI	1d2e67154efa515e7087ef8ce8ba9338c6ac2b97ca3cb1ec90082b9ccdc1cf9b
PAMJA	0e9aadf12c40686efde3cf957a5076aa88ba6e1d13ac2b50cc5856815ab78293

ZINXHIRI I PROVËS

KJO HYRJE	61b750d87e3f12199803e14f3dfa6a49c6fa783c3b269a2395b5dd28e5b519ae
E MËPARSHMJA	—
RRËNJA MERKLE	ae294fa20c023adf52009526fc28a835ad243415d9e5d83552867627c45ba550
ANKORIMI	submitted — dërguar, ende pa bllok <i>Deri te blloku, kjo provon integritetin, jo kohën.</i>



SKANOJE PËR TA VERIFIKUAR

Kodi të nxjerr te eksploruesi i STAMLES. Ai regjistër nuk është yni: nëse serveri ynë bie nesër, vula mbetet aty ku është.

Faqja tregon njërën nga tri gjendjet — **nuk u gjet**, **në radhë**, ose **e konfirmuar** me bllokun, rrënjën Merkle dhe transaksionin në Polygon. Krahajo hash-in që gjen atje me atë të shtypur më lart: nëse përputhen, kjo kapje ekzistonte para asaj ore, dhe ne nuk mund ta kishim ndryshuar pas saj.

<https://scan.stamles.eu/verify/61b750d87e3f12199803e14f3dfa6a49c6fa783c3b269a2395b5dd28e5b519ae>

PAMJA E FAQES

Renderuar nga HTML-ja jonë e ruajtur, jo nga rrjeti. **Riprodhon kopjen tonë, jo pamjen e atëhershme:** stilet dhe imazhet e largëta mund të mos ekzistojnë më ose të kenë ndryshuar.

Motori: chromium-stored+assets · dritarja 1280×1024 px

**ENDRIT REKA**Prova e qëndrueshmërisë
institucionale të Shqipërisë**NIKOLA KEDHI**Kontrata e Dinjitetit: Ose e
shpëtojme bashkë Shqipërinë,
ose e humbim përgjithmonë

Ndotja akustike është një problem serioz, por shpesh i neglizhuar

09:09, 30/09/2026

ZMADHO TEKSTIN



Trupi i njeriut përshtatet me mjedisin përreth, edhe kur bëhet fjalë për zhurmën. Pas ekspozimit të vazhdueshëm ndaj trafikut, ndërtimeve, muzikës së lartë, restoranteve të zhurmshme apo pajisjeve të ndryshme, tingujt që dikur dukeshin shumë të fortë mund të fillojnë të duken normale. Por fakti që jemi mësuar me zhurmën nuk do të thotë se ajo është e padëmshme.

Pasojat më të dukshme e zhurmës së tepërt është dëmtimi i dëgjimit. Tingujt e fortë mund të dëmtojnë qelizat e ndjeshme në veshin e brendshëm dhe të shkaktojnë humbje të përhershme të dëgjimit ose tinit, pra zhurmë apo fishkëllimë në vesh.

Megjithatë, zhurma ndikon edhe në pjesë të tjera të trupit. Ekspozimi kronik vepron si stresues, duke aktivizuar sistemin nervor dhe hormonal, si dhe duke ndikuar në rrahjet e zemrës dhe tensionin e gjakut. Ajo mund të prishë edhe gjumin, duke shkaktuar reagime të stresit edhe kur nuk zgjohemi plotësisht. Ekspozimi afatgjatë ndaj zhurmës së trafikut është lidhur me hipertensionin, sëmundjet koronare të zemrës, goditjet në tru dhe diabetin e tipit 2.

Rreziku varet nga sa e fortë është zhurma, sa gjatë ekspozohemi dhe sa afër jemi me burimin. Tinguj jashtëzakonisht të fortë, si të shtënat me armë ose fishekzjarrët, mund të dëmtojnë dëgjimin pothuajse menjëherë. Zhurmat e tjera, si trafiku, veglat elektrike dhe muzika e lartë, mund të shkaktojnë dëme gradualisht.

Një standard i përdorur gjerësisht është 85 decibelë (dBA) për një ekspozim mesatar prej tetë orësh. Për çdo rritje prej 3 dBA, koha e rekomanduar e ekspozimit përgjysmohet. Gjithashtu, ekspozimi ndaj zhurmës grumbullohet gjatë ditës dhe nuk "rifillon nga zero" sa herë largohemi nga një ambient i zhurmshëm.

Për të mbrojtur dëgjimin, mund të zgjedhim ambiente dhe pajisje më të qeta, të ulim volumin e kufjeve, të bëjmë pushime nga zhurma dhe të përdorim tapa ose kufje mbrojtëse në ambiente të zhurmshme. Në koncerte dhe aktivitete sportive, largimi nga altoparlantët dhe qëndrimi periodik në zona më të qeta mund të ndihmojë.

Megjithatë, ndotja akustike nuk mund të zëvendësohet vetëm përmes masave

më të lexuarat

Ndotja akustike është një problem serioz,
por shpesh i neglizhuar

Rrënjët e një peme japoneze prodhojnë
një aromë me efekte befasuese në gjumë

Fëmijët e njëqindvjeçarëve kanë rrezik
më të ulët vdekjeje

Mjekët paralajmërojnë se laptopët mund
të dëmtojnë lëkurën

Ky tingull gjatë gjumit mund ta ndihmojë
trurin të 'pastrohet' nga mbetjet toksike

Thonj të shëndetshëm e me pamje të
bukur? Çfarë ndihmon ose dëmton

Mbi gjysma e personave me tension të
lartë nuk e dinë se e kanë

megjithatë, nevoja ardhshme nuk mund të zgjidhet vetëm përmes masave individuale. Shumë njerëz nuk kanë kontroll mbi zhurmën ndaj së cilës ekspozohen. Punëtorët, fëmijët që jetojnë pranë autostradave apo banorët e zonave të zhurmshme nuk mund ta shmangin gjithmonë atë.

Prandaj, mbrojtja e shëndetit publik kërkon edhe masa më të gjera: prodhuesit duhet të zhvillojnë pajisje më të qeta, ndërtesat duhet të projektohen me izolim më të mirë akustik, ndërsa qytetet duhet të reduktojnë zhurmën e trafikut dhe të krijojnë më shumë hapësira të qeta. / The Conversation – Syri.net

© SYRI.net

Lexo edhe:



Kur duhet të fillojmë vitaminën D në vjeshtë? Çfarë thonë ekspertët



Zbulohet një virus i ri i transmetuar nga rriqrat, shkakton simptoma të ngjashme me gripin



7 mënyra për t'u përgatitur për një tetor pa alkool dhe për të përmirësuar shëndetin

Studimi i madh zbulon ngjashmëri mes kancerit të macet dhe njerëzit: Mund të ndihmojë në trajtimet e reja

Shumë gra po e ngatërrojnë këtë infeksion seksual me dhimbjet e ciklit

TË NGJASHME



Fëmijët në rrezik për depresion fiksohen më shumë te fytyrat e trishtuara



Farmakologu zbulon efektet anësore të ilaçeve të tensionit: Nga kolla te kyçet e fryra



Alzheimeri dhe çrregullime të tjera lidhen me plakjen e përshpejtuar të trurit, zbulon studimi



Ilaçet e dobësimit mund të ndryshojnë rregullat: 4 milionë njerëz të tjerë mund t'i marrin për të mbrojtur zemrën



Thonj të shëndetshëm e me pamje të bukur? Çfarë ndihmon ose dëmton



Ky tingull gjatë gjumit mund ta ndihmojë trurin të 'pastrohet' nga mbetjet toksike



Mjekët paralajmërojnë se laptopët mund të dëmtojnë lëkurën

[LAJME](#) [POLITIKË](#) [KRONIKË](#) [EKONOMI](#) [KOSOVA](#) [BOTË](#) [KULTURË](#) [SHKENCË](#) [SPORT](#) [JETË/STIL](#) [TRASHËGIMI](#) [MIEDIS](#) [ARKIVA](#)



SYRI.net është agjencia më e madhe e lajmeve në Shqipëri, që brenda një kohe të shkurtër është kthyer në lider të informacionit. Në SYRI.net do të gjeni opinionistë më me emër në vendin tonë, investigime dhe lajme që nuk do ti gjeni diku tjetër. Lajmet në SYRI.net janë prodhim i SYRI.net dhe nuk lejohet marrja e tyre pa një komunikim të mëparshëm me redaksinë. Ju ftojme të klikoni dhe të na shkruani sa herë që ju mendoni se duhet. Stafi i SYRI.net

Për informacione info@syri.net, për reklama marketing@syri.net