İş Yerindeki Gürültü Düzeyi Telefonla Nasıl Ölçülür (Uygulamalı Rehber)

iPhone'unuzu iş yeri gürültü ölçer olarak kullanmak için uygulamalı rehber. OSHA sınırları, mikrofon kısıtları ve İK'ya sunulacak zaman damgalı kayıt oluşturma.

Yazar: Lubor Šimůnek · Yayınlanma Tarihi: August 14, 2026 · Üretkenlik

Çevrimiçi sürüm: https://appstoryo.com/tr/blog/how-to-measure-workplace-noise-levels-phone



İş Yerinde Gürültü Ölçümü Neden Önemli

Gürültüye bağlı işitme kaybı, Amerika Birleşik Devletleri'ndeki en yaygın meslek hastalığıdır ve her yıl tahminen 22 milyon çalışanı etkiler. OSHA, 8 saatlik bir iş günü boyunca zaman ağırlıklı ortalama olarak 90 dBA'lık bir İzin Verilen Maruziyet Sınırı (PEL) belirler. İşverenin işitme koruma programı uygulamak zorunda olduğu eşik olan eylem düzeyi ise 85 dBA TWA'dır. 85 dB üzerindeki uzun süreli maruziyetler gerçek ve birikimli bir işitme riski oluşturur.

Birçok çalışan için sorun basittir: iş yerlerinin fazla gürültülü olduğundan şüphelenirler ama bunu nasıl belgeleyeceklerini bilmezler. Bu rehber, iş yeri gürültüsünü iPhone ile nasıl ölçeceğinizi, ölçüm değerlerinin ne anlama geldiğini, hangi kısıtları bilmeniz gerektiğini ve bir İK şikâyetini ya da OSHA başvurusunu destekleyecek belgeli bir kayıt oluşturmayı anlatır.

OSHA'nın 85 dB TWA Standardını Anlamak

85 dB'lik eylem düzeyi, tepe değerine değil, özellikle zaman ağırlıklı ortalamaya işaret eder. OSHA 5 dB'lik bir değişim oranı kullanır: düzeydeki her 5 dB artış, izin verilen maruziyet süresini yarıya indirir. 90 dB'de sınır 8 saattir. 95 dB'de 4 saate düşer. 100 dB'de 2 saat olur. 115 dB'de izin verilen azami maruziyet yalnızca 15 dakikadır.

Bu yüzden zaman içine yayılan belgeleme, tek bir ölçümden çok daha faydalıdır. 92 dB'lik bir ölçüm tek bir veri noktasıdır. Bir iş günü boyunca alınan ve ortalaması 88 dB olan on ölçüm ise gerçek gürültü maruziyetinize dair anlamlı bir kanıttır.

iPhone Mikrofonunuz Neyi Yapabilir, Neyi Yapamaz

Modern iPhone mikrofonları genel gürültü düzeyi değerlendirmesi için şaşırtıcı ölçüde yeterlidir. Birçok pratik amaç için — bir ortamın genel olarak gürültülü olup olmadığını değerlendirmek, gürültü düzeylerinin zaman içindeki değişimini izlemek veya bir belge kaydı oluşturmak — telefon mikrofonu kullanışlı ve kolay erişilebilir bir araçtır.

Ancak anlamanız gereken önemli kısıtlar vardır:

- **Kalibre edilmemiştir** — Tip 1 veya Tip 2 bir ses düzeyi ölçerin aksine, iPhone mikrofonunuz tek tek kalibre edilmemiştir. Mutlak değerler yaklaşık kabul edilmelidir.
- **Rüzgâr ve tutuş gürültüsü** — Mikrofona sürtünme, çarpma veya rüzgâr, ölçümleri şişiren gürültü bozulmaları yaratır. Telefonu sabit bir konumda hareketsiz tutun.
- **Konumlandırma önemlidir** — Ölçülen düzey, ses kaynağına olan uzaklığa ve açıya göre belirgin biçimde değişir. Telefonu her seferinde aynı şekilde yerleştirmeye çalışın.
- **Tek başına resmî kanıt sayılmaz** — OSHA uygunluk değerlendirmeleri genellikle nitelikli bir iş hijyeni uzmanının kalibre edilmiş cihazla yaptığı ölçümleri gerektirir. Telefon ölçümleri bir şikâyeti destekler ancak resmî değerlendirmenin yerini tutmaz.

iPhone ile Doğru Gürültü Ölçümü Nasıl Yapılır

- Telefonu elinizde tutmak yerine bir yüzey üzerinde sabit konumda bırakın
- Yalnızca en gürültülü veya en sessiz anlarda değil, temsil edici dönemlerde ölçün
- Her ölçümün bağlamını not edin: hangi makine çalışıyor, hangi iş yapılıyor, tesisin neresindesiniz
- Değişkenliği anlamak için aynı noktada farklı zamanlarda birden çok ölçüm yapın
- Mikrofonu kompresör, vantilatör ve iklimlendirme menfezi gibi doğrudan hava akımlarından uzak tutun

İK veya OSHA için Zaman Damgalı Gürültü Kaydı Oluşturmak

Tek bir ölçüm zayıf bir belgedir. İnandırıcı bir dosyayı oluşturan şey, bağlamıyla birlikte zamana yayılmış ve gürültülü koşulların sürekli ve kalıcı olduğunu gösteren bir ölçüm örüntüsüdür. NoiseLedger: dB Meter Log tam olarak bu iş akışı için geliştirildi. Uygulamayı açar, ölçersiniz ve her ölçüm tarih ve saatiyle kaydedilir. Bağlam için not ekleyebilirsiniz. Kaydın tamamı iPhone'unuzda yerel olarak saklanır; bulut eşitlemesi gerekmez, hesap açmanız gerekmez ve tamamen çevrimdışı çalışır. Bağlantının sınırlı olduğu birçok sanayi ortamında bu çok önemlidir.

NoiseLedger'ı iPhone için indirin — iş yeri gürültü kaydınızı oluşturun

Belgelerinizi İK'ya veya Yönetime Nasıl Sunmalısınız

Ölçüm kaydı, yalnızca sözlü bir şikâyete kıyasla konumunuzu belirgin biçimde güçlendirir. Etkili biçimde sunmanın yolu şudur:

- Örüntüyü özetleyin: son üç haftada montaj bölgesinde üretim saatlerinde 87 ile 96 dB arasında değişen gürültü düzeyleri ölçtüm.
- OSHA standardına atıf yapın: OSHA'nın eylem düzeyi 85 dB TWA'dır ve odyometrik testler ile kulak koruyucu dahil işitme koruma programı yükümlülüklerini başlatır.
- Somut adımlar isteyin: bir iş hijyeni uzmanı değerlendirmesi, kulak koruyucu sağlanması veya gürültüyü kaynağında azaltacak mühendislik önlemleri.
- Sonuç ne olursa olsun kaydınızın bir kopyasını saklayın.

Ne Zaman Üst Makama Taşımalı: OSHA Şikâyeti

İşvereniniz uygun şekilde yanıt vermezse OSHA'ya şikâyette bulunma hakkınız vardır. Çalışanlar OSHA'ya şikâyette bulundukları için misillemeye uğrayamaz. Belgelenmiş bir ölçüm kaydı şikâyeti belirgin biçimde güçlendirir. Başvurunuzu osha.gov üzerinden, telefonla veya yerel OSHA ofisinde yapabilirsiniz.

Pratik Başvuru: Farklı dB Düzeyleri Nasıl Hissettirir

- **60-70 dB** — Normal konuşma, ofis arka plan gürültüsü. Gün boyu maruziyet için rahat.
- **80-85 dB** — OSHA eylem düzeyine yaklaşıyor. Uzun süreli maruziyet için sınırda.
- **85-90 dB** — OSHA eylem düzeyi aşıldı. Uzun süreli maruziyette kulak koruyucu önerilir.
- **90-100 dB** — OSHA PEL değerinin üzerinde. Süre sınırları uygulanır; kulak koruyucu zorunludur.
- **100 dB üzeri** — İzin verilen maruziyet süreleri çok kısadır. Çift koruma uygun olabilir.

Başlangıç: İzlemenin İlk Haftası

1. gün: NoiseLedger'ı indirin. Vardiyanın başında, ortasında ve sonunda çalışma noktanızda temel ölçümler alın ve neyin çalıştığını not edin. 2 ile 4. günler: aynı saatlerde ve aynı yerlerde ölçmeye devam edin. 5. gün: kaydınızı gözden geçirin. Örüntüleri arayın. Belirli makineler, yerler veya saatler sürekli daha mı gürültülü? Düzeyler sürekli 85 dB'nin üzerinde mi? İzleyen hafta: kaydetmeyi sürdürün. Örüntüler devam ediyorsa, konuyu İK'ya veya yönetime taşımak için güçlü bir belge temeliniz var demektir.

NoiseLedger ile iş yeri gürültü kaydınızı oluşturmaya başlayın — iPhone'da ücretsiz

NoiseLedger'ı iPhone için hemen indirin — reklamsız, hesapsız, çevrimdışı çalışır

Kaynak gösterimi: Lubor Šimůnek (2026). *İş Yerindeki Gürültü Düzeyi Telefonla Nasıl Ölçülür (Uygulamalı Rehber)*. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..

https://appstoryo.com/tr/blog/how-to-measure-workplace-noise-levels-phone
© 2026 lapnito.cz s.r.o.