Viktige steg for å unngå trinnlyd

Jo hardere et gulvmateriale er, dess mer lyder vil det kunne gi opphav til. Dette må det tas hensyn til når vi velger gulv. Trinnlyder er et vanlig - men unngåelig - problem!



Støy defineres som all slags uønskede lyder. For naboen i etasjen under kan dette kan være låten av dyrs eller menneskers skritt, når du trekker ut en stol, eller når barna leker på gulvet. Og disse såkalte trinnlyder kan oppleves svært plagsomt i etasjen under. Størst blir problemene med harde gulvmaterialer som fliser og naturstein, men også ved bruk av parkett og heltre, tynne vinyl- og linoleumbelegg, kan det oppstå plagsomme trinnlyder.

Med vegg-til-vegg-tepper, vinyl og linoleum med myk skumbakside, unngås som regel dette.

Enkelt før, vanskelig etterpå

Lyd velger den enkleste veien gjennom konstruksjoner, det er derfor viktig at etasjeskillet er så lufttett som mulig. Norske byggeregler og lover* stiller krav til lydisolasjon mellom boenheter og i lokaler, men ikke i den samme boligen. Trass i det kan det være fornuftig å ta hensyn til trinnlydene, og å etablere lydskiller ved soverom, også i eneboliger over flere etasjer.

Den som tar hensyn til trinnlyder allerede ved planlegging og montering av gulvmaterialer, unngår mange problemer. I etterkant, når gulvet allerede er lagt, vil utbedring av trinnlyder være en omfattende og vanskelig jobb.

Slik unngås støy fra trinnlyder:

Enkelt fortalt unngås trinnlyder best ved at alle harde gulvmaterialer forhindres fra å komme i direkte kontakt med den bærende konstruksjonen. Dette siden lydbølgene transporteres langt og raskt gjennom massive bygningsdeler.

Harde gulvmaterialer, slik som parkett, laminat, fliser og naturstein, bør legges som flytende gulv, på et elastisk dempesjikt av f.eks. 2 mm tykk skumplast (ekspandert PE), 22-36 mm tykk porøs trefiberplate eller spesielle trinnlydsplater av mineralull.

Hvilken isolasjonsmetode som bør velges, avhenger i praksis av hvordan huset faktisk ser ut. Og siden lydutbedringer uansett er kostbart og vanskelig, er det ofte å anbefale å involvere en erfaren bygningsakustiker fra starten av.

Slik utbedres støy fra trinnlyder:

En uheldig lydsituasjon utbedres best ved at gulvet rives opp og monteres på nytt, på riktig måte. Dette er imidlertid en kostbar og omfattende jobb. Til en viss grad kan støy fra trinnlyder utbedres ved å legge løse tepper i alle gangsoner og lekeområder, sette møbelknotter på alle bord- og stolbein, bruke tøfler og sko med myk såle, og å ikke være hard på labben når man går, da er mye gjort.

Enda bedre vil situasjonen bli hvis dette kombineres med å ekstraisolere himlingen i etasjen under. Dette gjøres ved at en ny himling anlegges under den gamle. Himlingen henges da i fjærende lydbøyler og isoleres med et tungt isolasjonsmateriale. Det er da viktig at himlingsplatene eller trepanelet ikke kommer i direkte kontakt med vegg eller etasjeskillere.

*

Plan- og byggningsloven med Teknisk forskrift, og Norsk Standard.

Ikke glem trommelydene!

Trinnlyder skal ikke forveksles med trommelyder. Dette er støy fra gangtrafikk, banking i gulvet, lek og flytting av møbler etc. - som høres i det samme rommet som lydene oppstår, eller i rommene inntil i samme etasje. Trommelyder avhenger bl.a. av rommets bruk, volum, etterklangstid, møblering, bruk av tepper og tekstiler og antall mennesker i rommet. Trommelyder er et problem som har fått forholdsvis lite oppmerksomhet hittil, men som vil bli mer vanlig fremover.