

ПРОМО

5 причин переводить деньги с карты Т-Банка

[Узнать все](#)**Т—Ж**[Учебник](#) [Приложение](#) [Сообщество](#) [Аптечка](#) [Дневники трат](#) [Инвестиции](#) [Пра](#)

Ремонт и обустройство 20.07.23 112K

## Я устал от соседей и сделал трехслойную звукоизоляцию потолка

Помогло ли это?

177 Сохранить

**Михаил Шардин**

сделал звукоизоляцию

Я надеялся, что в почти новом кирпичном доме проблем с шумом не будет, но ошибся.

В 2021 году я купил четырехкомнатную квартиру в кирпичном доме в Перми, а в самый пик роста цен весной 2022 года [сделал ремонт за 4 млн рублей](#). У меня мало соседей по этажу, а дом относительно новый — ему всего 15 лет. Все это я учитывал, когда выбирал жилье, и надеялся, что проблем с посторонними звуками не будет. Когда делали ремонт, я даже не подумал про звукоизоляцию.

Осенью 2022 года я стал замечать, что в спальне слышу соседей сверху. Со временем это стало надоедать. Сначала я пытался бороться с шумами традиционными способами, а потом решил сделать звукоизоляцию.

В статье расскажу, сколько это стоило (спойлер: недешево) и что получилось. А главное — помогло ли это.

### Рассылка Т—Ж о дизайне и недвижимости

Лайфхаки о покупке, ремонте и съеме жилья — в вашей почте раз в две недели. Бесплатно

[Подписаться](#)

Подписываясь, вы принимаете [условия передачи данных](#) и [политику конфиденциальности](#)

## В чем была проблема

В основном я слышал скрип стульев или табуреток, когда их двигали по полу, звуки ходьбы, иногда — работающий телевизор. Если соседи разговаривали на повышенных тонах, то я понимал, о чем речь. Я совершенно не желал быть в курсе их жизни, но приходилось.

Никакого криминала не было: никто никого не убивал, никаких криков, просто обычная жизнь. Но в спальне все это сильно донимало. Один раз из-за переделки ремонта я спал несколько дней в другой комнате, и там стояла абсолютная тишина! Видимо, такую же комнату сверху соседи не использовали.



Громкий топот сверху и мусор под окнами:  
6 судебных историй о соседских ссорах

👍 32 💬 123 📌 28

Я прочитал несколько статей в интернете, что делать в таких случаях. Понял, что если конфликтовать, то никто от этого не выиграет, а нервов можно потратить много.

Но что-то делать было нужно.

## Что я предпринял для борьбы с шумом

Решил начать с простого — повесил в лифте и на доске на первом этаже вот такие объявления:

Если в вашей квартире на полу плитка или ламинат, пожалуйста, наклейте войлочные накладки на ножки стульев.

Это поможет вам сохранить напольное покрытие от царапин и повреждений, а соседи, которые находятся под вами этажом ниже, не будут слышать скрип стульев по плитке или другому покрытию.

Я расклеил объявления рано утром в воскресенье, когда выходил на пробежку, а когда вернулся, обнаружил, что оба объявления пропали. Нашел их в мусорном ведре. Это показалось мне странным, потому что ничего оскорбительного в тексте не было.

ПРОМО

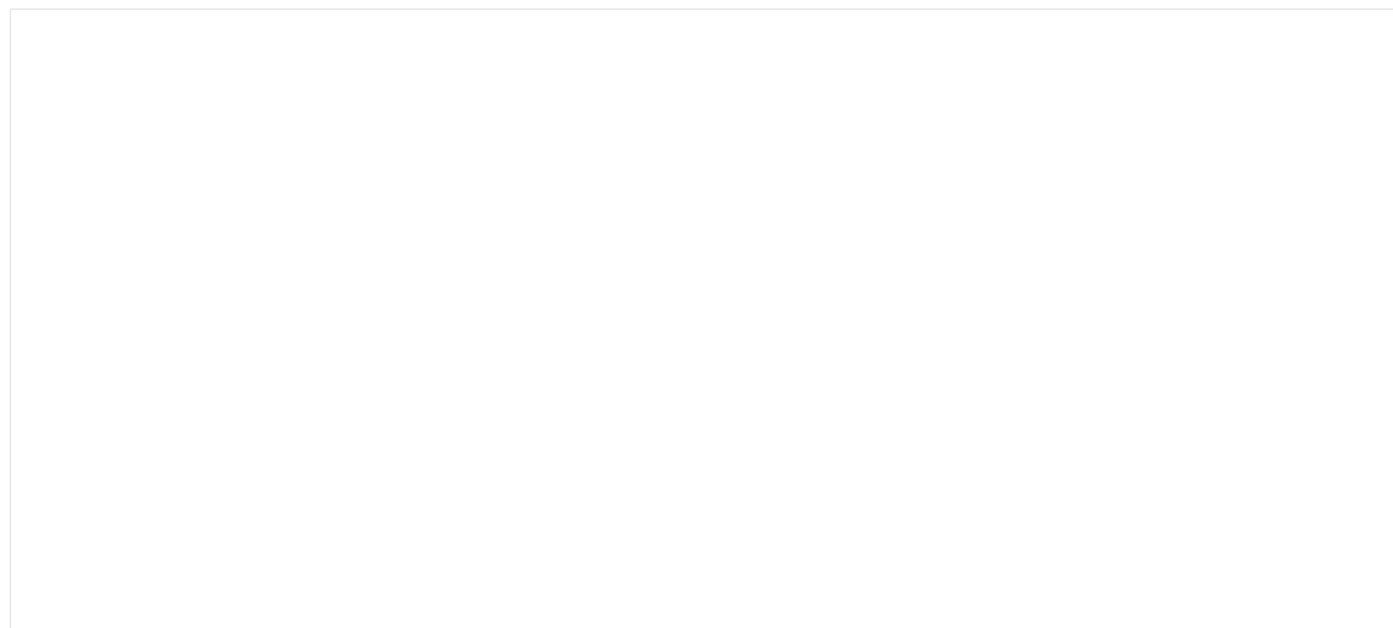
### Как сэкономить на ремонте с Т-Банком

Для этого понадобится дебетовая карта Black. С ней можно получать повышенный кэшбэк до 15% в категориях «Дом и ремонт» и «Электроника и техника» или оплачивать покупки у партнеров — например, «Стройландия-ру» или «Холодильник-ру» — с кэшбэком до 30%. Весь кэшбэк начисляется рублями, а не бонусами.

Чтобы начать экономить, оформите карту по кнопке ниже — представитель банка бесплатно доставит ее в удобное время, а пользоваться преимуществами карты можно сразу в приложении Т-Банка.

[Оформить карту](#)

Я распечатал объявления снова, но ситуация повторилась. Мне казалось, что сосед сверху, которому и предназначались мои послания, не имел отношения к происходящему. Но лепить листы прямо на дверь его квартиры не хотелось — это было бы невежливо. Тогда я распечатал целую пачку объявлений и стал клеить их каждый день. И каждый день неизвестный срывал их. Так продолжалось две недели.



Накладки на ножки мебели стоят совсем дешево, а стулья и столы с ними практически перестают скрежетать. Источник: [ozon.ru](https://ozon.ru)

Потом мой оппонент, видимо, устал, и объявление в лифте он не сорвал, а переклеил от уровня глаз под самый потолок. Там это объявление провисело еще пару недель. Это была победа.

Вскоре скрип стульев над головой прекратился. Вероятно, соседи все-таки наклеили войлочные накладки на стулья. Но все еще было слышно работающий телевизор и голоса. Запретить соседям разговаривать и смотреть ТВ я не мог, поэтому решил далее действовать техническими методами — установить в спальне звукоизоляцию.



5 способов засудить соседа

👍 4 💬 88 📌 21

## Как выбрал тип звукоизоляции

В январе 2023 года я начал изучать вопрос. Я знал, что звукоизоляция не всегда эффективна, но рассчитывал хотя бы снизить уровень шума, а в идеале — полностью от него избавиться.

Остановился на том, что попробую сделать изоляцию только в спальне. В других комнатах шумов было меньше или не было совсем. В спальне были натяжные потолки, менять их уровень мне не хотелось. Что делать, я не знал. Позвонил рабочим, которые делали основной ремонт, и они поделились контактом знакомого специалиста по звукоизоляции.

Мастер приехал, осмотрел квартиру и сказал, что мне нужно выбрать из двух типов систем.



Как сделать шумоизоляцию в квартире?

👍 7 💬 78 📌 81

**Каркасная звукоизоляция.** Она включала создание рамы для размещения звукоизоляционных материалов. Такая звукоизоляция обычно более эффективна, потому что более жесткая и лучше блокирует высокочастотные звуки, например женский крик или плач младенца. Кроме того, она неплохо поглощает и ударные шумы, когда сверху стучат или что-то падает.

Но из-за каркасной системы мне бы пришлось опускать уровень натяжного потолка, причем существенно — на 7—10 см. По сути, над натяжным потолком надо было построить еще один потолок — подвесной.

Схема каркасной звукоизоляции. Источник: [soundguard.ru](https://soundguard.ru)

**Бескаркасная звукоизоляция** не предполагает модификации потолка. Материалы добавляются прямо на плиту перекрытия — например, двойной гипсокартон или акустические потолочные плиты.

Безрамную звукоизоляцию проще и быстрее установить, но она может быть не так эффективна.

Я решил рискнуть, потому что не хотел жертвовать высотой потолка. К тому же был готов к тому, что полностью отгородиться от шумов не получится. А еще бескаркасная система оказалась дешевле — 7000 Р за 1 м<sup>2</sup>, включая материалы и работу. Площадь спальни — около 17 м<sup>2</sup>, то есть надо было 119 000 Р. Каркасная технология обошлась бы дороже на 1000 Р за 1 м<sup>2</sup>, а общая сумма вышла бы 139 000 Р.

Схема бескаркасной звукоизоляции. Здесь она на стене, но на потолке все то же самое. Источник: [soundguard.ru](https://soundguard.ru)

Моя спальня до начала работ

## Как я подготовился к работам

Меня очень волновало, что я недавно закончил основной ремонт. Я понимал, что рабочие будут сверлить потолок и резать гипсокартон, а значит, не избежать пыли и грязи. Но мне совсем не хотелось переклеивать из-за этого обои или заниматься чем-то подобным.

Вот что я сделал:

1. Заклеил оконные проемы пленкой. Использовал для крепления пленки [малярный скотч для деликатных поверхностей](#) — он стоит дороже бумажного, зато обои не сойдут вместе с ним.
2. Закрыл пленкой некоторые стены. Надо было заклеить все — но я поленился и потом пожалел об этом.
3. Положил на пол картон для защиты ламината. Картон принесли рабочие по моей просьбе, он обошелся бесплатно.
4. Установил патроны-переходники в розетки. Они нужны, чтобы подключать лампочки напрямую в розетки, потому что основное освещение комнаты отключали на время работ. Рабочие забыли, что, когда стемнеет, потребуется освещение, и я решил помочь им разобраться с этой проблемой, чтобы они не отвлекались.

Рабочие приходили несколько дней, и каждый раз я заклеивал все двери, чтобы пыль не распространялась по квартире. В конце дня проводил влажную уборку.



1/4 Так оклеил комнату пленкой

## Как ставили звукоизоляцию

Работы шли в такой последовательности.

**Сняли натяжной потолок.** Это сделали мастера по потолкам, которые натягивали пленки по всей квартире во время большого ремонта. Они попросили за свои услуги 5000 Р. Работу сделали быстро, полотно аккуратно сложили, чтобы потом натянуть снова.



Соседи построили кухню под моей спальней

👍 9 💬 5 📌 12

Комната, когда сняли натяжной потолок

**Демонтировали карнизные ниши.** Над оконными проемами у потолка в моей квартире есть перепад высоты примерно 2 см.

И при ремонте пришлось выравнивать уровень гипсокартоном, чтобы сделать карнизные ниши — углубление, чтобы сам карниз не был виден.

Мастера по звукоизоляции долго ругались, так как всю конструкцию ниш пришлось разбирать, включая гипсокартон, который был приклеен к плите перекрытия на клей.

Здесь над окном еще видны листы гипсокартона, которыми ровняли потолок

**Демонтировали электрокабели.** Затем рабочие сняли крепления всех кабелей — это электрика и кабели системы умного дома. Решили ничего не отключать, кабели просто провисли, освободив доступ к потолочной плите. Этого было достаточно, чтобы закрепить звукоизоляцию.

**Разметили потолок.** Перед тем как устанавливать плиты звукоизоляции, мастера разметили потолок. Отметили карандашом, где будут отверстия под крепеж и как лягут плиты. Они расчертили там практически все — разметка заняла у них целый день.

Провисшие пучки кабелей

**Смонтировали звукоизоляцию.** Она состоит из трех слоев:

1. Комбинированные трехслойные панели. Каждая панель состоит из звукоизоляционного гипсокартона толщиной 12,5 мм, гипсоволокнистой плиты 10 мм и базальтовой ваты 10 мм. Слои смещены относительно друг друга, и панели стыкуются как конструктор.
2. Звукоизоляционная мембрана. Ее толщина — всего 2 мм, рабочие объяснили, что это стандартное решение для усиления звукоизоляции.
3. Звукоизоляционный гипсокартон. По виду это обычные листы ГКЛ.

Таким образом, толщина всего пирога звукоизоляции у меня получилась чуть меньше 5 см — еще оставалось немного, чтобы смонтировать натяжной потолок на прежнее место.

При работе строители использовали виброизоляционные ленты, акустический герметик и виброразвязывающие шайбы. Это специальный крепеж, который гасит вибрации и звук, чтобы вся конструкция работала лучше.



1/3 Здесь видны звукоизоляционные панели, а сине-серый — это звукоизоляционный гипсокартон

## Как привели в порядок комнату

Когда рабочие установили систему звукоизоляции, настало время вернуть все в исходное состояние. Вот как это делали.

**Закрепили электрокабели.** Мастера, которые занимались звукоизоляцией, отказались возвращать кабели на свое место, хотя мы об этом договаривались. Теперь они сказали, что не электрики.



Электрики перепутали наши с соседом счетчики.  
Кто за что должен платить?

👍 1 💬 7 📌 4

Проблема была в том, что толстые пучки кабелей надо было сделать плоскими. Иначе невозможно было натянуть обратно натяжной потолок — до его уровня оставалось всего два сантиметра. В эти два сантиметра и надо было уложить кабели.

Мне пришлось звонить электрику, который ранее работал у меня в квартире. Он взял 4000 Р и за выходной день разобрался с кабелями — разобрал пучки и все закрепил.



Тут поработал электрик

**Загрунтовали и покрасили ниши под шторы.** Ниши для штор рабочие оформили специальными звукоизоляционными панелями, про которые я прочитал на упаковке следующее: «Инновационный российский звукоизоляционный материал. Панели обеспечивают многократное уменьшение ударной и звуковой энергии волны во всем диапазоне частот. Этот результат достигается за счет массивности, многослойности, упруго-вязкой консистенции и свободных, не связанных между собой частиц наполнителя».

Похоже, речь шла про картон с кварцевым песком внутри. После установки нишу надо было грунтовать и красить — этим тоже занимался другой мастер, за две ниши я заплатил 2000 Р.



Как правильно выбрать и повесить шторы

👍 26 💬 28 📌 76

**Вернули натяжной потолок.** За новый монтаж пленки я заплатил 10 000 Р. Уровень натяжного потолка не изменился — после окончания работ ничего не видно, все скрыто.

Грунтовка и покраска ниш

Практически готово

## С какими сложностями я столкнулся

**После ремонта остались черные точки на стенах.** В спальне шесть стен, и я поленился обтягивать пленкой все. После окончания монтажа на стенах, которые я не укрыл, появились черные точки. Я не мог понять, что это такое, но электрик объяснил, что при работе электроинструмент разогревается и часть смазки вылетает наружу. Обычно это незаметно, но тут работы велись уже на чистовой отделке.

Я спросил мастера, который красил карнизные ниши, можно ли что-то сделать с точками, и он убрал их при помощи растворителя. За удаление точек я заплатил 1000 Р, а вместе с покраской ниш получилось 3000 Р.



Чисто, как после клининга: 26 профессиональных средств для уборки дома

👍 328 💬 248 📌 993

На фото точки не сильно заметны, но в реальной жизни они бросались в глаза

**Уровень ниш под шторы изменился.** Хотя уровень натяжного потолка остался тем же, уровень ниш под шторы поменялся. Из-за этого шторы стали волочиться по полу. Мне пришлось отдавать их в перешивку.

Я совместил это с добавлением блэкаут-ткани на подклад. Такая ткань не пропускает свет. Местная организация перешила и подрезала шторы за 4000 Р, хотя в другой фирме у меня просили 40 000 Р, а средняя цена в нескольких ателье была примерно 7000 Р.

### На звукоизоляцию потратил 144 853 Р

|                                                                                 |          |
|---------------------------------------------------------------------------------|----------|
| Звукоизоляционная панель SoundGuard Gipslock GF 33 1200 × 600 × 33 мм           | 39 420 Р |
| Звукоизоляционная мембрана SoundGuard Membrane S 2,0 2500 × 1200 × 2 мм         | 25 140 Р |
| Монтаж звукоизоляции                                                            | 23 730 Р |
| Обратная установка натяжного потолка в спальне                                  | 10 000 Р |
| Звукоизоляционный влагостойкий гипсокартон Gipsophon ПЛУК 2500 × 1200 × 12,5 мм | 6 984 Р  |
| Снятие натяжного потолка в спальне                                              | 5 000 Р  |
| Перешивка штор                                                                  | 4 000 Р  |
| Демонтаж и монтаж электрокабеля                                                 | 4 000 Р  |
| Демонтаж и монтаж карнизных ниш                                                 | 3 800 Р  |
| Грунтовка и покраска ниш под шторы, удаление черных точек на стенах             | 3 000 Р  |
| Акустический герметик SoundGuard Seal, 310 мл                                   | 2 936 Р  |
| Доставка и подъем материалов                                                    | 2 850 Р  |
| Крепеж и расходные материалы                                                    | 2 750 Р  |
| Подготовка спальни комнаты под проведение работ                                 | 2 000 Р  |
| Лента виброизоляционная SoundGuard Band Rubber 50 мм                            | 1 664 Р  |
| Шайба виброразвязывающая SoundGuard Vibro Washer 8 × 18, 50 шт.                 | 1 575 Р  |
| Звукоизоляционная панель SoundGuard «Экозвукоизол» 1200 × 800 × 13 мм           | 1 355 Р  |
| Саморез SG XTN 3,9 × 33 мм, 200 шт.                                             | 1 050 Р  |
| Укрывные пленки                                                                 | 1 026 Р  |
| Патрон-переходник в розетку с выключателем                                      | 1 008 Р  |
| Стяжки нейлоновые ZOLDER 300 × 4,8 мм, 100 шт.                                  | 879 Р    |
| Малярная лента Washi Tape «Автостоп» 38 мм, 40 м для деликатных работ           | 686 Р    |

## Что в итоге

На ремонт одной комнаты ушло две недели и 144 853 Р. Прошло уже полгода после окончания работ, и я понимаю, что не смог избавиться от всех звуков: все равно иногда слышу скрипы деревянных ножек по твердому покрытию и бубнеж. Но эти звуки теперь сильно приглушены и уже не так раздражают.



«Приклеили ламинат на стены»: 5 интерьерных решений, которые могут удивить

👍 39 💬 38 📌 20

Рабочие сами выбрали техническое решение для моей квартиры, я просто утвердил цену, а они ничего не обещали и не давали гарантий. В целом считаю опыт успешным, но мне стоило бы озаботиться звукоизоляцией на этапе основного ремонта. Не думаю, что в таком случае получилось бы сильно дешевле, но точно вышло бы быстрее и не так нервно.

А еще я мог бы установить каркасную звукоизоляцию, не переживая за натяжной потолок. Правда, мастера сказали, что точно рабочая каркасная звукоизоляция будет стоить выше полумиллиона рублей, при этом нужно помнить, что звукоизоляция при продаже квартиры не котируется: это скрытые работы, которые нельзя продемонстрировать.

### А у вас шумные соседи?



Каждый день — испытание!



Бывает, пошумят по праздникам



Даже не знаем, живы ли они

Больше материалов о покупке квартир и домов, обустройстве и ремонтах — в нашем телеграм-канале «Свой угол». Подписывайтесь, чтобы ничего не пропустить: [@t\\_nedviga](#)

Реклама

#### Калькулятор беременности

Уточнит дату родов и расскажет, что происходит с мамой и малышом на каждой неделе беременности

Посмотреть

📌 Подписаться на автора

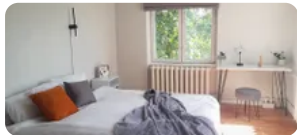
жилье недвижимость Пермь квартира ремонт

👍 61 📌 71





## Вот что еще мы писали по этой теме



**Как я готовила квартиру к посуточной аренде в доме под снос**

👍 32 💬 52 📌 35



**Стоит ли делать ремонт по цене квартиры**

👍 6 💬 48 📌 11



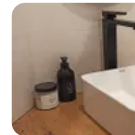
**Как обустроить мансарду**

👍 13 💬 2 📌 14



**Как придать индивидуальность мебели и разнообразить интерьер: 5 идей до 10 000 ₽**

👍 64 💬 44 📌 51



**Мы сами про дизайн и отремонти санузел за**

👍 36 💬 38

## Сообщество

Табаконист · 21.03

Как живет руководитель отдела регионального развития в Екатеринбурге с зарплатой 100 000 ₽

💬 7

Светлана Леонтьева · 21.03

Логопед объясняет: как быт влияет на речь ребенка

💬 10

Субботина Галина Николае... · 21.03

Юрист объясняет: правовые ловушки из-за которых можно потерять недвижимость

...

Анна Пешкова · 20.03

Как я решила создать онлайн-сервис для поиска юристов в Дубае для русскоязычных граждан

💬 2

Артур Фурманов · 20.03

Психолог объясняет: как справляться с весенней хандрой

💬 3

Андрей Воробей · 20.03

Мнение: автомобиль не является основным средством передвижения

💬 41

Аня Иванешкина · 20.03

Как вы думаете, какие профессии не сможет заменить искусственный интеллект?

💬 47

Алихан Исрапилов · 20.03

15 жизненных мемов про весну и потепление

💬 3

Наташа Ло

«Два часа с без сюжета 10 переоце фильмов

...

Редакция ·

Расскажи вы измени к лучшему

## Популярное за неделю

**Лучшие Айфоны:  
7 вариантов**

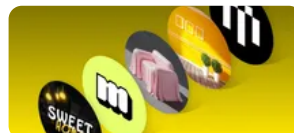
👍 111 💬 117 📌 161

**Как записать ребенка  
в первый класс через  
госуслуги**

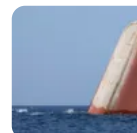
👍 21 💬 39 📌 35

**Налоговый вычет  
за сдачу ГТО**

👍 41 💬 134 📌 49

**12 телеграм-каналов  
о дизайне интерьера**

👍 25 💬 25 📌 151

**Как атаки хакеров  
в Красном море повлияют  
на мировую экономику**

👍 41 💬 34

[Вакансии](#)[Сообщить о проблеме](#)[О проекте](#)[Контакты](#)[Политика конфиденциальности](#)[Правила пользования сайтом](#)АО «ТБанк», лицензия №2673  
2025 support@t-j.ru