

3
МАРТА

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ УША И СЛУХА



По данным ВОЗ (Всемирной организации здравоохранения) в настоящее время людей с плохим слухом и потерявших его полностью насчитывается более 300 миллионов человек.

Правильная гигиена ушей и своевременное посещение врача помогут избежать негативных последствий при возникновении инфекционных заболеваний и механических травм слуховых проходов. Это позволит сохранить хороший слух.

- Мыть уши нужно каждый день. Неукоснительное его соблюдение – залог здоровья всех отделов уха и самая надежная профилактика различных заболеваний.

- Особое внимание уделяйте ушам при возникновении инфекционных заболеваний. Инфекция может проникнуть внутрь по слуховой трубе и привести к серьезному осложнению вплоть до полной потери слуха.

- Не допускайте, чтобы в уши попадала вода, но если это уже произошло, необходимо лечь на спину и повернуть медленно голову в ту сторону, чтобы пострадавшее ухо находилось внизу, и вода постепенно вытекала из уха.

- Не стоит громко слушать музыку и телевизор. На производстве желательно использовать специальные средства защиты, такие, как беруши или звуконепроницаемые наушники. Громкий регулярный шум приводит не только к значительному ослабеванию слуха, но и к общей потере работоспособности и повышенной усталости. Сильные шумы создают ссадины внутри уха, что приводит к возникновению тугоухости.

