

+  
**ВАЖНО  
ЗНАТЬ!**

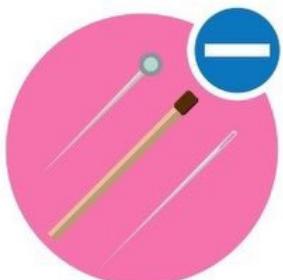
# ЗДОРОВЬЕ ОРГАНОВ СЛУХА



МОЙТЕ ТОЛЬКО ВИДИМУЮ  
ЧАСТЬ СЛУХОВОГО ПРОХОДА И  
УШНУЮ РАКОВИНУ ПРОСТОЙ  
ЧИСТОЙ ВОДОЙ КОМФОРТНОЙ  
ТЕМПЕРАТУРЫ



ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ  
НЕПРИЯТНЫХ ОЩУЩЕНИЙ (ЗУДА,  
ЧУВСТВА ЗАЛОЖЕННОСТИ ИЛИ  
ПОВЫШЕННОЙ СУХОСТИ)  
ОБЯЗАТЕЛЬНО ОБРАТИТЕСЬ К  
ВРАЧУ-ОТОЛАРИНГОЛОГУ



НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ОЧИСТКИ  
УШЕЙ ПОДРУЧНЫЕ СРЕДСТВА:  
БУЛАВКИ, ИГОЛКИ, СПИЧКИ,  
КАРАНДАШИ И Т.Д. ЭТО МОЖЕТ  
ПОВРЕДИТЬ КОЖУ СЛУХОВОГО  
ПРОХОДА И БАРАБАННУЮ  
ПЕРЕПОНКУ



ПРИ ПЕРВЫХ СИМПТОМАХ  
ОБРАЗОВАНИЯ СЕРНОЙ ПРОБКИ  
РЕКОМЕНДУЕТСЯ  
НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО  
ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ-  
ОТОЛАРИНГОЛОГУ



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
ПЕРМСКОГО КРАЯ



## **ВАЖНО ЗНАТЬ!**

# ЗДОРОВЬЕ ОРГАНОВ СЛУХА

# 1 КАКОВЫ ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ТУГОУХОСТИ?

- Вы стали часто переспрашивать собеседника, так как не слышите или не можете полностью разобрать, что он Вам говорит;
  - Вы стали включать телевизор на большую, чем обычно, громкость;
  - Вы слышите от других, что стали говорить громче, чем обычно, но сами этого не замечаете;
  - Вы слышите звон в ушах и не можете уловить звуки с преобладанием высоких тонов.

## **2 КОГДА НЕОБХОДИМО ПРОЙТИ СЛУХОВОЙ ТЕСТ?**

- Слуховой тест необходимо пройти при появление любого из первых признаков тугоухости.

## **3 КАК МОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ ИЛИ ОТСРОЧИТЬ ПОТЕРЮ СЛУХА?**

- Соблюдайте гигиену ушей;
  - Воздерживайтесь от частого прослушивания музыки в наушниках;
  - Если Ваша работа связана с повышенными звуковыми нагрузками, обязательно используйте средства защиты, такие как наушники, беруши и т.д.
  - При возникновении любых неприятных ощущений в ушах обязательно обратитесь к ЛОР-врачу.

## **4 ЕСЛИ ВЫ ГОВОРИТЕ С ЧЕЛОВЕКОМ, СТРАДАЮЩИМ ОТ ПОТЕРИ СЛУХА, КАК ПОЛНОЦЕННО ДОНЕСТИ ДО НЕГО ИНФОРМАЦИЮ?**

**Разговаривая с человеком, страдающим от потери слуха:**

- Всегда стойте к нему лицом;
  - Не прикрывайте ваше лицо и не находитесь в темноте;
  - Не говорите с полным ртом;
  - Говорите громко и четко, но не кричите;
  - Сведите к минимуму фоновый шум, выключая телевизор или радио.

