

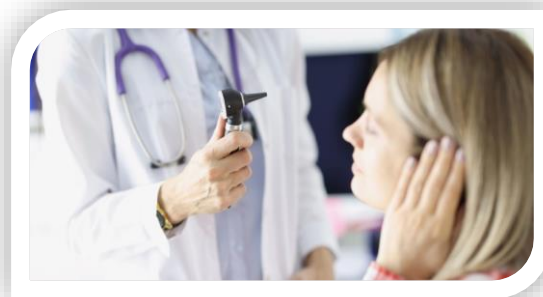
Международный день слуха

Всемирной организацией здравоохранения был учрежден день, призванный обратить внимание общественности на важность сохранения у людей функции улавливать звуки. Так, ежегодно **3 марта проходит Международный день слуха.**

Человек живет среди множества различных звуков и шумов. Слух имеет огромное значение для обучения, развития интеллекта и психики, особенно в детском возрасте. С помощью слуха происходит общение между людьми, ориентация в окружающей среде. Однако существуют и такие звуки, которые мешают, раздражают и даже могут навредить здоровью.

Около 7-10% населения Земли страдает нарушением слуха, причем с возрастом этот показатель значительно увеличивается.

Потеря слуха происходит по многим причинам, в том числе врожденным и приобретенным, а также в результате сочетания нескольких факторов. Одни из них вызывают постепенное ухудшение слуха, прогрессирующее со временем, другие – внезапную глухоту.



В целях профилактики:

- раз в полгода обязательно посещайте врача-оториноларинголога;
- ухаживайте за ушами правильно, не очищайте органы слуха от грязи подручными средствами;
- своевременное обследование беременных женщин;
- не слушайте громкую музыку, используйте индивидуальные средства защиты от шума;
- не слушайте длительно громкую музыку посредством наушников-пальчиков.

Старайтесь чаще бывать на природе, слушать «живые» звуки.

И, конечно же, не забывайте про здоровый образ жизни, способствующий повышению сопротивляемости организма неблагоприятным факторам окружающей среды.

Материал подготовил помощник врача-гигиениста санитарно-эпидемиологического отдела Сорочинская У.Ю.