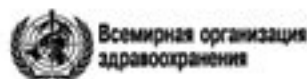


Всемирный день слуха
3 марта 2022



Чтобы слышать всю жизнь, берегите свой слух!



Потерю слуха из-за
воздействия громких
звуков можно
предотвратить

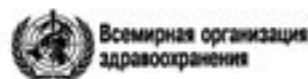
#worldhearingday | #hearingcare | #safelistening

УЗНАТЬ БОЛЬШЕ:



Не подвергайте свой
слух опасности

Всемирный день слуха
3 марта 2022



Чтобы слышать всю жизнь, берегите свой слух!



Потерю слуха из-за
воздействия громких
звуков можно
предотвратить

#worldhearingday | #hearingcare | #safelistening

УЗНАТЬ БОЛЬШЕ:



Не подвергайте свой
слух опасности

Громкие звуки на работе и во время досуга могут привести к нарушению слуха

Чтобы обезопасить слух:

Снижайте громкость звука

Носите беруши в шумных местах

Проводите меньше времени в условиях повышенного шума

Используйте мобильные приложения для контроля уровня звуков

Регулярно проверяйте слух



Утраченный слух не вернуть!

#safelistening

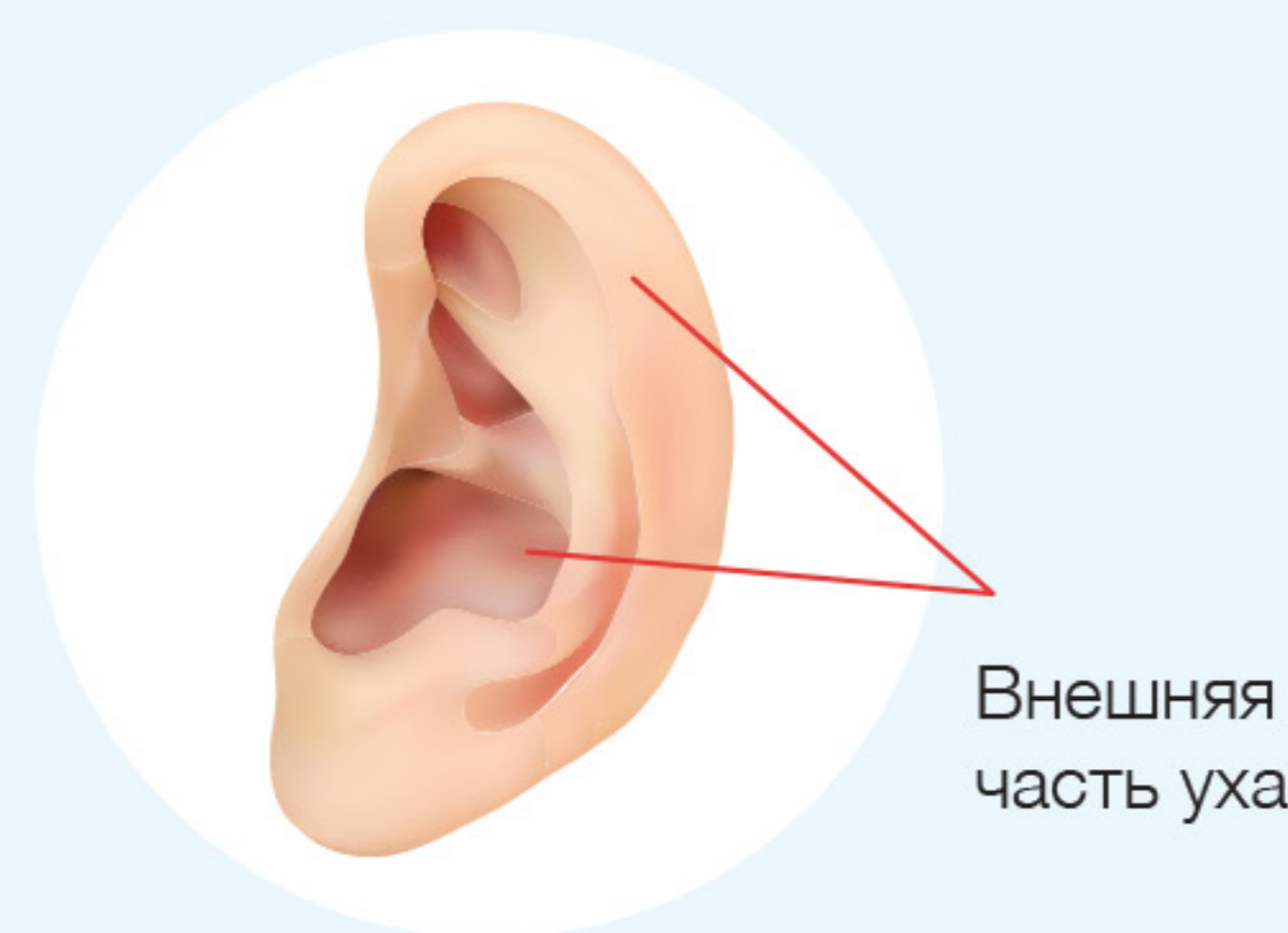
Узнать больше:



Не подвергайте свой слух опасности

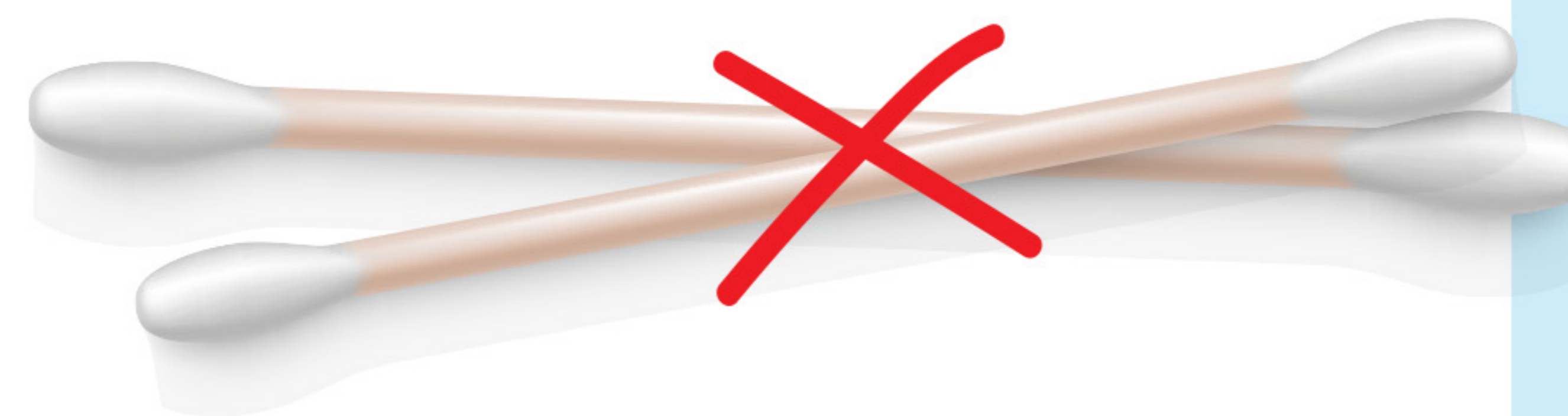
Следует ли регулярно чистить уши?

Внутренняя часть уха очищается сама. **Очищать** ухо следует **ТОЛЬКО** снаружи, пользуясь мягкой тканью или ватой



В каких случаях требуется удаление серы из уха?

Иногда при скоплении и затвердевании серы в слуховом проходе ее необходимо удалить. Удаление серной пробки должно выполняться **ТОЛЬКО** квалифицированным медицинским работником или врачом.



Можно ли пользоваться ватными палочками?

Ватные палочки **НЕ** следует вставлять в ухо. Они могут протолкнуть серу вглубь слухового прохода и повредить барабанную перепонку. В некоторых случаях частицы ваты могут остаться внутри уха и вызвать инфекцию.



Важно

Ватные палочки предназначены только для очистки внешней части уха, и их не следует вставлять в ушной канал.

Что делать при зуде в ушах или попадании в ухо насекомого?

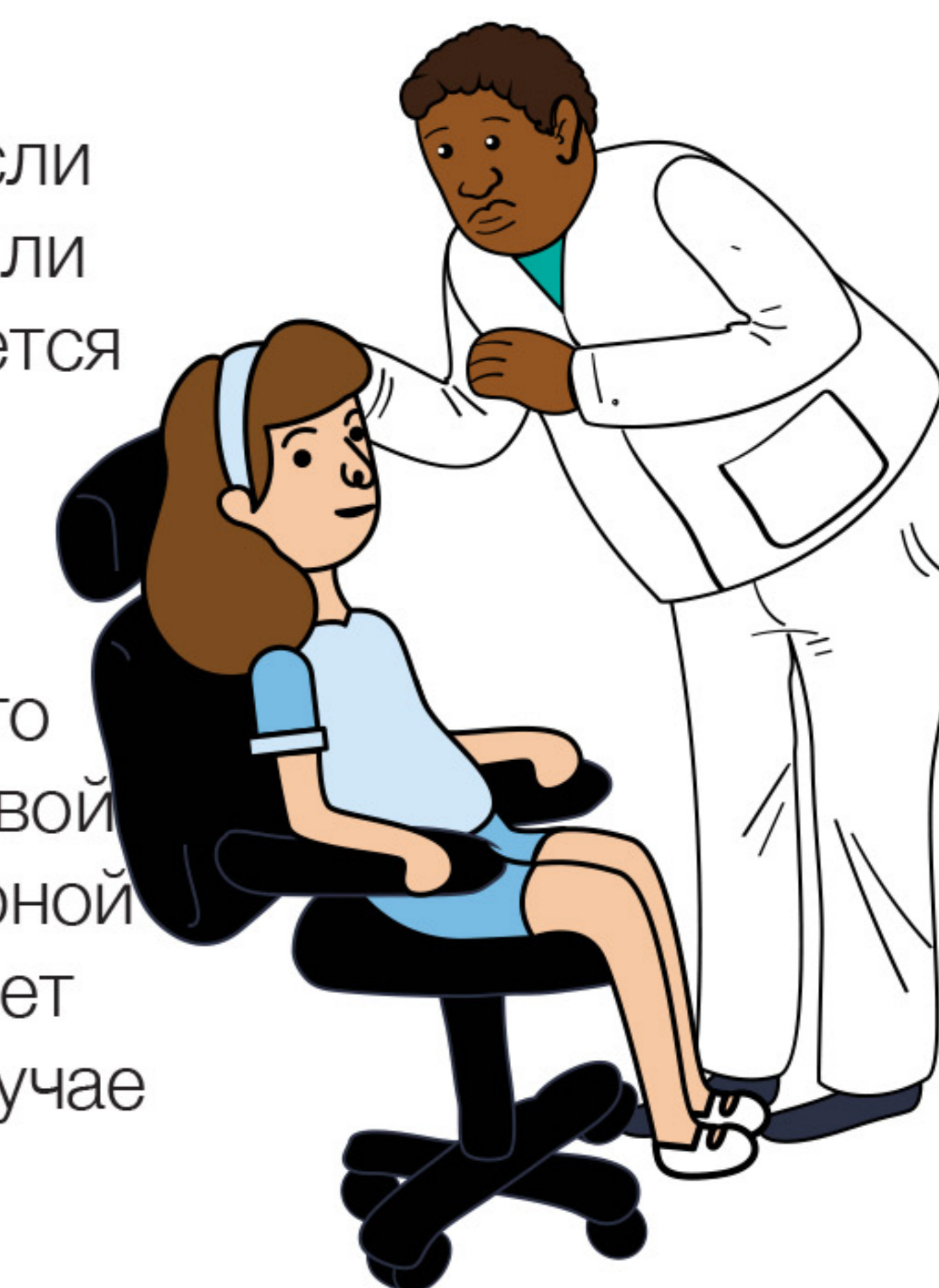
При сильном зуде или попадании в ухо инородного предмета или насекомого следует обратиться к врачу. Используя ватные палочки, можно повредить слуховой проход и барабанную перепонку.



Что делать, если в ухо попала вода?

Как правило, спустя некоторое время вода вытечет из уха сама. Если это происходит часто или вода долго задерживается в ухе, следует обратиться к врачу.

В некоторых случаях это вызвано тем, что слуховой проход заблокирован серной пробкой, которая не дает вытечь воде. В этом случае может потребоваться удаление серы врачом.



Каковы причины боли в ушах?

Боль в ушах обычно вызвана:



Серной пробкой

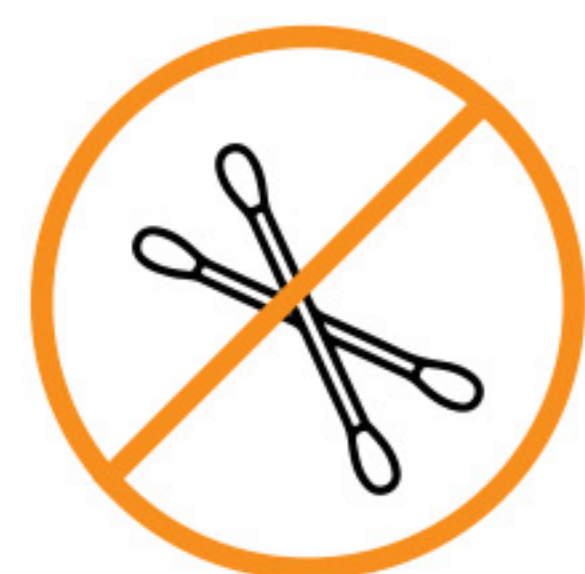


Инфекцией уха

Иногда ощущение заложенности уха может быть вызвано скоплением жидкости в ушном канале



НИКОГДА НЕ вставляйте в слуховой проход никакие предметы:



Ватные палочки



масло



Стержни



Ушные свечи

Что такое ушная сера? Нужно ли ее удалять?

Выделение серы из уха – нормальный процесс. Сера помогает задерживать попадающую в ухо грязь, волоски и инородные частицы. Она защищает и очищает слуховой проход. Обычно удалять ушную серу **НЕ ТРЕБУЕТСЯ**.

Что вызывает жидкие или гнойные выделения из уха?

В большинстве случаев выделения из уха вызваны инфекцией. Если из уха вытекает жидкость или гной, **ПРИМИТЕ МЕРЫ**. Немедленно **ОБРАТИТЕСЬ** к врачу или медицинскому специалисту.



Важно

Ушные инфекции поддаются лечению. **ДЕЙСТВУЙТЕ НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО**

Что делать, если у меня боль в ухе?

ОБРАТИТЕСЬ к врачу или медицинскому специалисту для проверки состояния уха.

НЕ ПЫТАЙТЕСЬ



Вводить в ухо инородные предметы



Закапывать горячее или холодное масло



Применять домашние средства



Использовать ушные капли, не назначенные медицинским специалистом или врачом

Как ухаживать за ушами

СЛЕДУЕТ



Очищать ухо снаружи мягкой тканью



Обращаться к врачу или медицинскому специалисту в случае боли, выделений из уха или ухудшения слуха



Применять лекарственные препараты, назначенные медицинским специалистом или врачом



Пользоваться берушами в людных местах для защиты слуха

НЕ СЛЕДУЕТ



Вводить в ушной канал ватные палочки, ушные свечи, стержни, масло



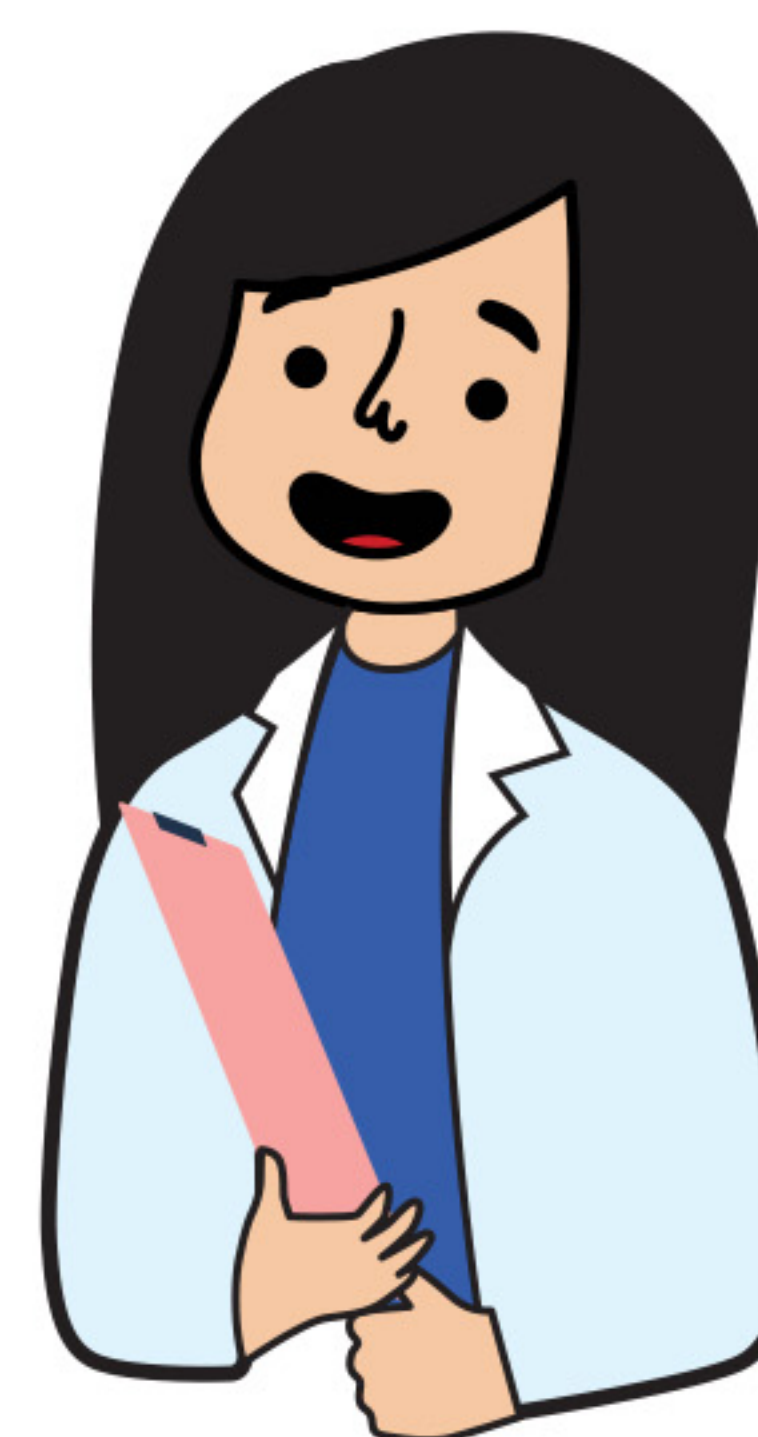
Мыться или купаться в грязной воде



Давать наушники или беруши другим людям



Подвергать себя воздействию громких звуков или музыки



Всемирная организация здравоохранения

Уход за ушами Ответы на часто возникающие вопросы



WHO/UCN/NCD/SDR 20.8

© Всемирная организация здоровья, 2020 год. Некоторые права защищены. Данная работа распространяется на условиях лицензии CC BY-NC-SA 3.0 IGO

Всемирная организация здоровья: whf@who.int

Дополнительная информация:
<https://www.who.int/health-topics/hearing-loss>