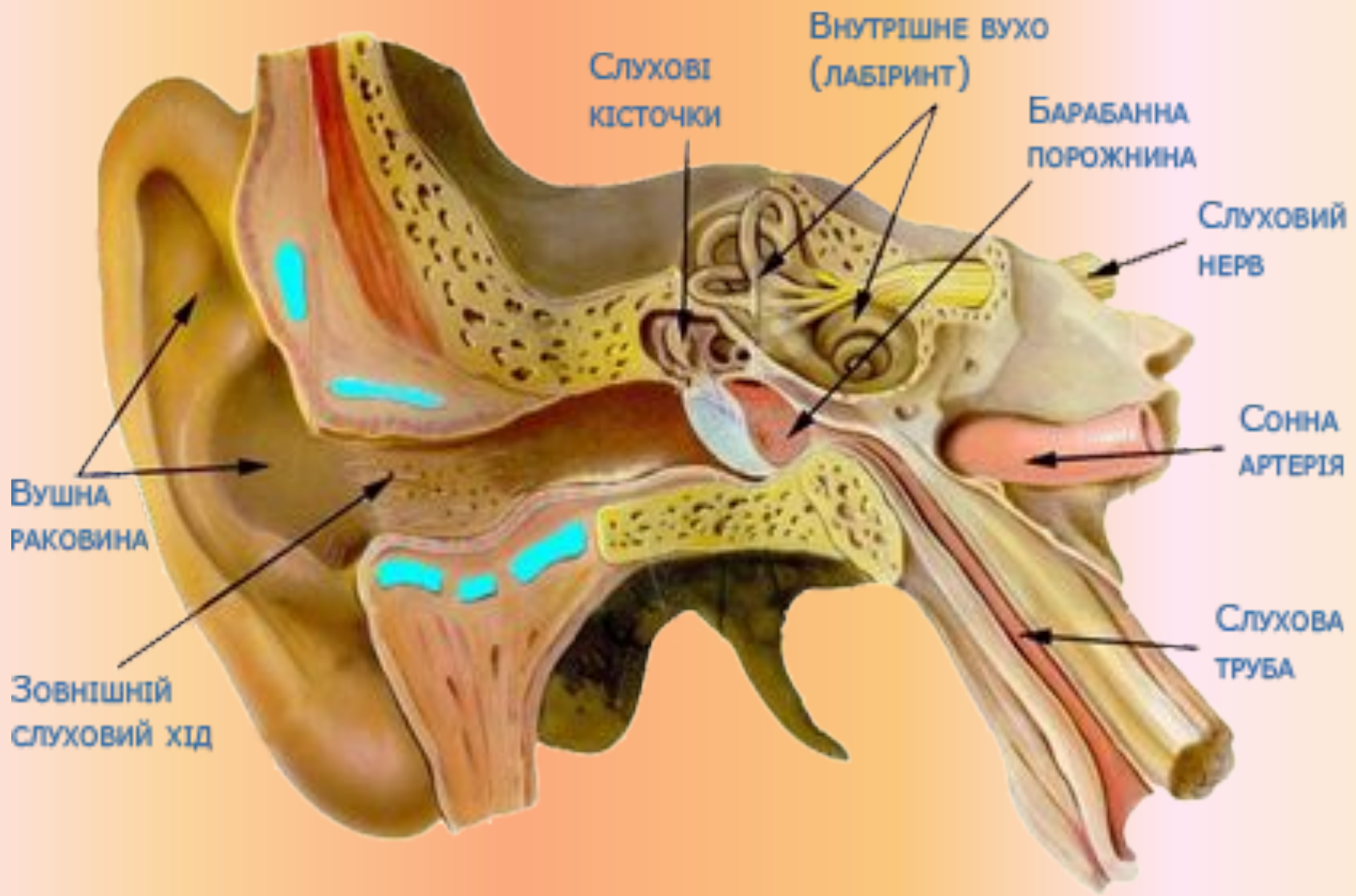




Вплив навушників
на слух людини





Вушна
РАКОВИНА

Зовнішній
слуховий хід

СЛУХОВІ
КІСТОЧКИ

ВНУТРІШНЕ ВУХО
(ЛАБІРИНТ)

БАРАБАННА
ПОРОЖНИНА

СЛУХОВИЙ
НЕРВ

СОННА
АРТЕРІЯ

СЛУХОВА
ТРУБА





1) Вкладиші



2) Таблетки



3) Накладні



4) Моніторингові



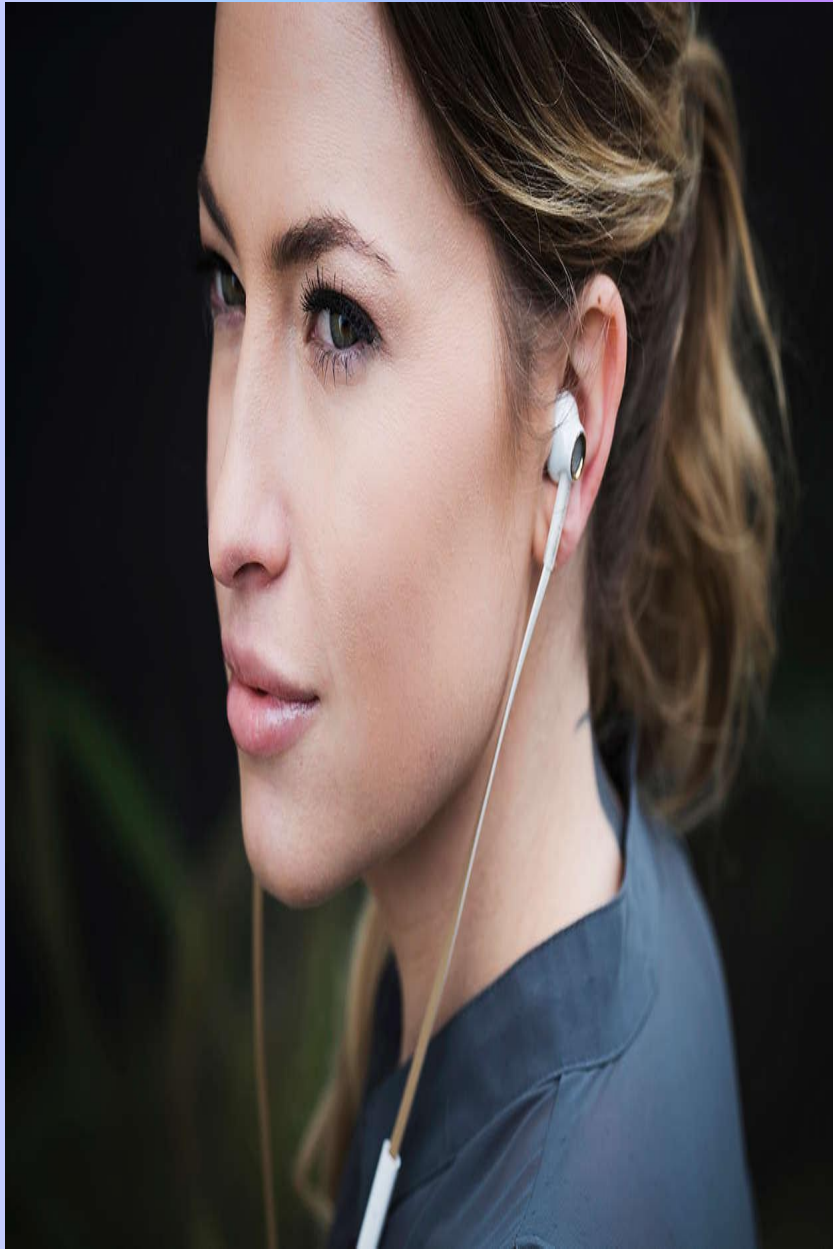
Повністю відмовлятися від використання навушників необов'язково. Необхідно просто дотримуватися декількох рекомендацій:



1. Необхідно усвідомити, що навушники неминуче ведуть до зниження слуху. Чим голосніша музика в навушниках і чим довше ви їх використовуєте, тим відчутніше буде втрата слуху.

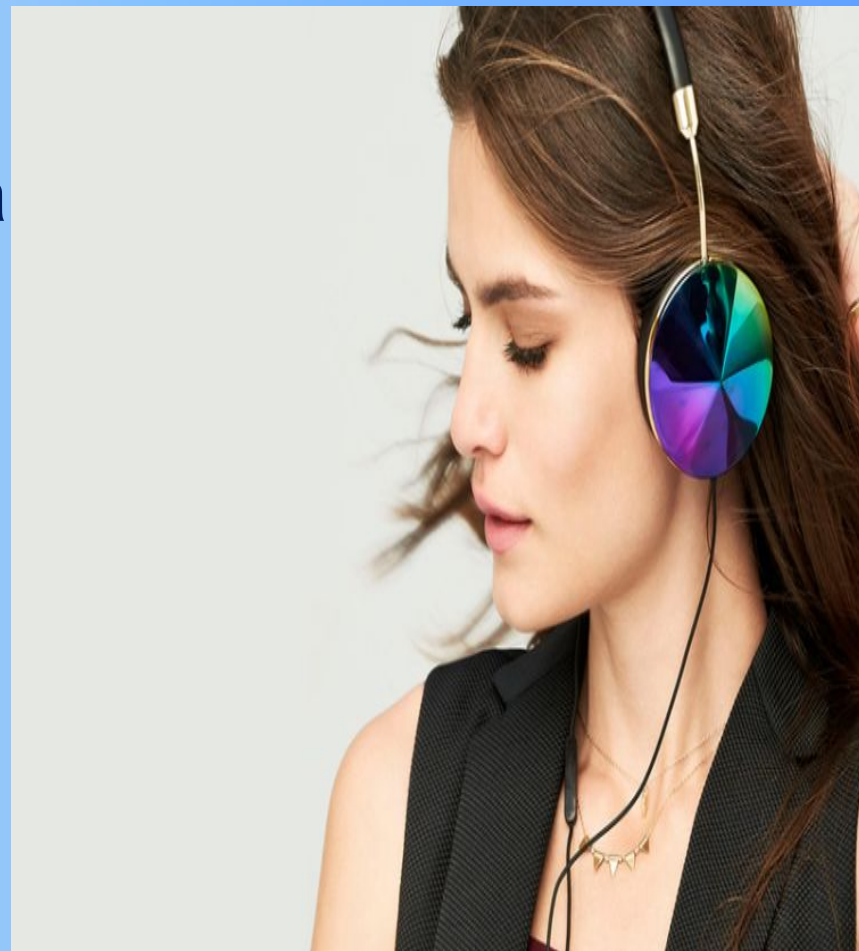
2. За основу шкідливості звуку в навушниках можна взяти такі критерії, як неможливість почути свій власний голос через гучність в навушниках і здатність для оточуючих чути окремі слова пісень з навушників. Будь-який з цих двох критеріїв точно вказує на надмірність гучності і, отже, на руйнівну дію музики на слуховий апарат. В такому разі необхідно знижувати гучність

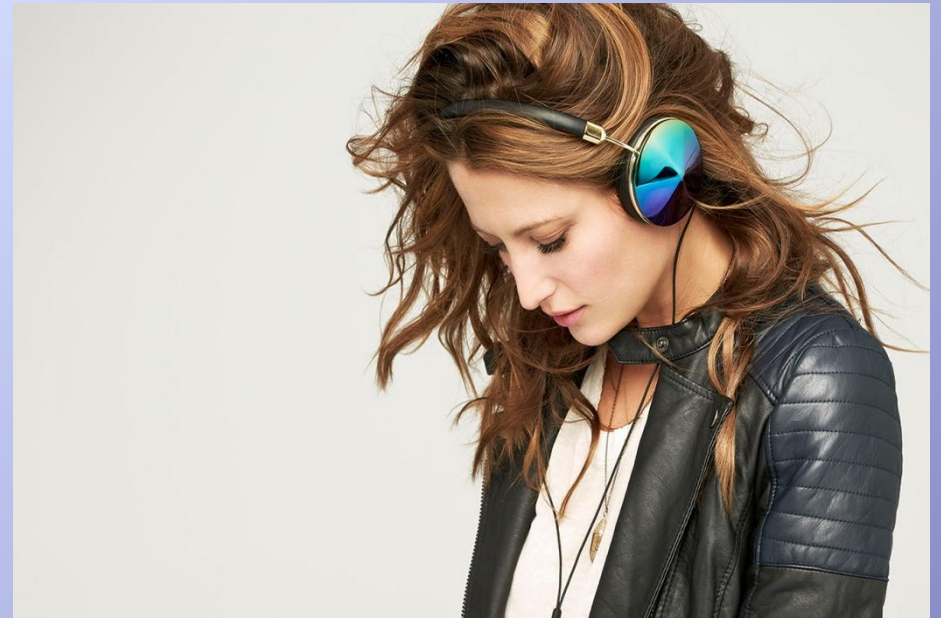




3. Спеціалісти-отоларингологи радять обмежити прослуховування музики до 1 години в день. Гучність музики не повинна перевищувати 60% від максимуму.
4. За можливістю, слід слухати музику звичайним способом, без використання навушників.

5. Вибирайте більш безпечні накладні моделі. Використовувати їх можна не довше 4 годин на добу. Користуватися моделями вкладками можна не довше 30 хвилин в день.
6. Якщо у вас є звичка слухати музику на ніч, стежте за тим, щоб не засипати в навушниках.







**ДЯКУЮ ЗА
УВАГУ!**