

# **Влияние наушников на слух подростков.**

Выполнил:

Руководитель:

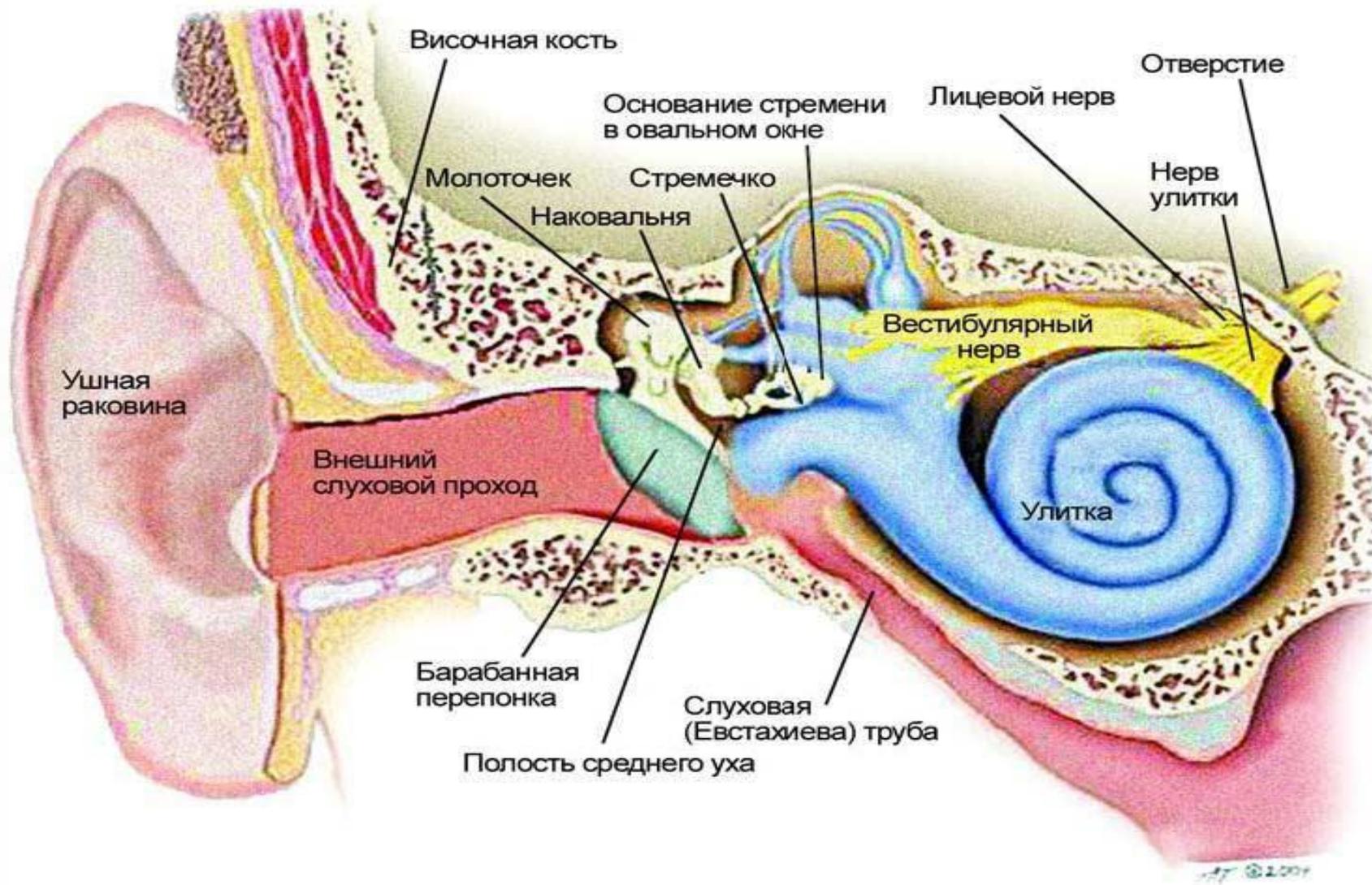
Хуже слышим -

хуже слышим!!!





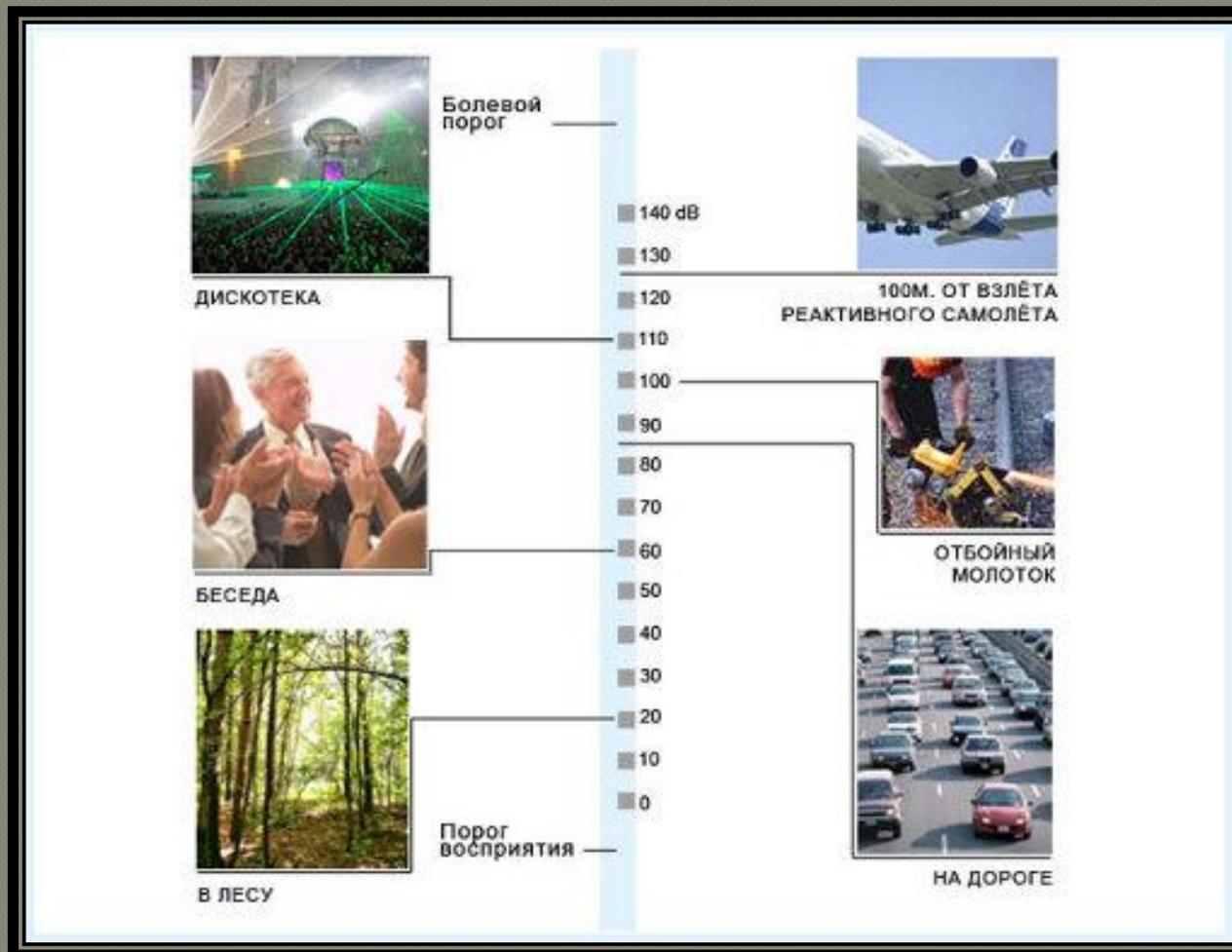
- **выяснить вред и пользу приносимые наушниками здоровью и жизни;**
- **исследовать максимально допустимый уровень звука в различных видах наушников;**
- **выявить наиболее распространенные виды наушников, в том числе, которыми пользуются ученики нашей школы, и время нахождения в наушниках;**
- **оценить наушники;**
- **предложить рекомендации по их использованию.**



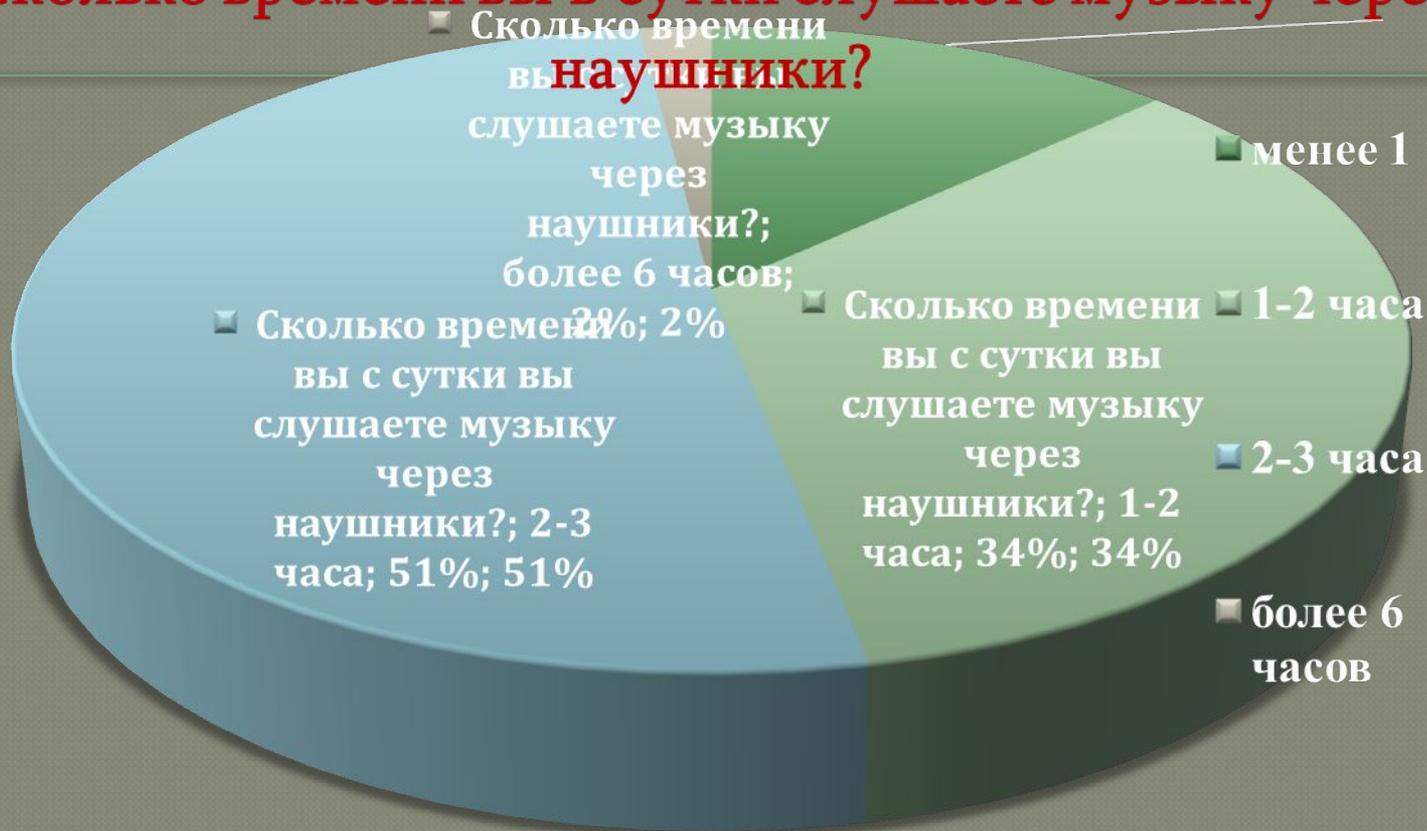




## Сравнительная таблица громкости звуков



# Сколько времени вы в сутки слушаете музыку через наушники?



Сколько времени вы в сутки слушаете музыку через наушники?  
 менее 1 часа 2%;  
 1-2 часа 34%;  
 2-3 часа 51%;  
 более 6 часов 13%.

# Знания о вреде наушников на слух



# Допустимое время нахождения в наушниках:

---

Уровень громкости Supra-aural Earbud  
Isolator

15-30дБ - неограниченно неограниченно

30-50дБ - 20ч. 6ч. 3-4ч.

50-80дБ - 4ч. 2ч. 30 мин.

80-100дБ - 50-60мин. 10мин. 5 мин.

Наиболее безопасны для слуха — supra-aural:



Наиболее вредны — isolator:



## Рекомендации по использованию наушников:

- не делать громко музыку в наушниках, пытаясь заглушить внешний шум, ведь уровень шума в метро достигает 105 дБ, а чуть-чуть прибавив громкости, можно получить опасный для здоровья уровень в 110 дБ;
  - пользоваться закрытыми наушниками, позволяющими не достигать опасной громкости;
  - давайте своим ушам отдыхать; послушайте тишину.
- пользоваться наушниками для телефонов - гарнитурой на одно ухо.
- бросьте курить: курение вдвое повышает опасность снижения слуха после длительного шумового воздействия.

