

《职业病防治法》宣传周 | 说爱你，你听得见吗？

时常看到小哥哥、小姐姐们耳朵里塞着耳机，在街上大步流星，目不斜视，怎一个“酷”字了得？



其实小编的心里是崩溃的，这样长时间佩戴耳机，几年或者几十年后，他们还能听清爱人的耳语吗？



在职业健康检查过程中，小编经常会遇到上岗前检查的年轻人，听力已经下降了，从而失去了从事噪声作业岗位的工作机会。究其原因，长时间大音量使用耳机是损坏帅哥靓妹听力的元凶！**尤其是入耳式的耳塞！**因此，保护我们的耳朵刻不容缓！你还在等什么？





小编现在就给你送上保护听力小贴士。

01

改掉用耳机听音乐的毛病！

记得尽量不戴！即使佩戴耳机，每次不要超过40分钟，每天累计时间不要超过3-4小时，耳机的音量尽量与正常人说话的声音接近，以50-60分贝为佳，勿超过80分贝。



02

注意选择干净的止痒工具

平时不要随使用不洁的小木棒、发夹等挖耳止痒，以防损伤耳道深处的鼓膜，引起**外伤性鼓膜穿孔**和**化脓性中耳炎**等病变。



03

避免使用耳毒性药物。

如链霉素、庆大霉素、卡那霉素等，以免发生药物中毒性耳聋。



04 尽量减少去噪声环境

难得去蹦个迪倒没啥，常去的话，你的所爱说爱你，你很可能听不见哦，还可能永远得和美妙音乐说“拜拜”啦！



Jscdcwx

如果你的工作环境噪声强度超过80分贝，面对“职业性噪声聋”这种“大杀器”，是时候拿出我们的“护耳神器”了——**防护耳塞或耳罩**！

至于如何正确佩戴耳塞呢？请听下回分解~~~



部分图片来源于网络，非商业用途，仅作为科普传播素材。若有侵权，请联系删除。

转载请注明来源：

江苏疾控（微信号：jscdcwx）

供稿：李玲 张巧耘 高茜茜

主编：张梦圆

中国疾控中心职业卫生所指导

· END ·

江苏疾控

微信号：jscdcwx

有态度的科学生活引领者

· 团结 · 奋进 · 求实 · 创新 ·



更多干货和好货
请扫右侧二维码



看官且慢，赞了再走呗 ↓

欢迎投稿，请联系

jscdcweteam@163.com