Выполняйте следующие рекомендации, если вы регулярно слушаете громкую музыку или другие громкие звуки:

Обращайте внимание на тревожные признаки снижения слуха

Обратитесь к врачу при появлении постоянного звона в ушах (тиннитуса)

Проверьте слух, если плохо слышите высокие звуки или с трудом разбираете речь собеседника

Регулярно проверяйте слух

Проверяйте слух с помощью одобренных приложений, таких как hearWHO

Если результаты такой проверки были неудовлетворительными или вы замечаете какие-либо признаки потери слуха, проконсультируйтесь у врача-специалиста

Не подвергайте свой слух опасности. Утраченный слух вернуть невозможно!

Всемирная организация здравоохранения

Всемирная организация здравоохранения
whopbd@who.int

Полезные советы: как неподвергать свой слух опасности

Всемирная организация здравоохранения