



# Сохраним наш слух



*Слух имеет огромное значение для обучения и развития, особенно в детском возрасте. С помощью слуха происходит общение между людьми, ориентация в окружающей среде.*

## Возможно у вас снижение слуха если:

- ✚ Вынуждены часто переспрашивать;
- ✚ Склонны прибавлять громкость, слушая радио или смотря телевизор;
- ✚ То и дело теряете нить разговора;
- ✚ Получаете от окружающих замечания о том, что говорите слишком громко;
- ✚ Слышите звон или шум в ушах.



Многие причины потери слуха можно предотвратить. Если потеря слуха уже произошла, ее негативные последствия можно уменьшить благодаря раннему выявлению и правильному лечению.

## Правила ухода за ушами:

1. Как часто? - не более 1 раза в неделю;
2. Когда? - после душа, когда горячая вода и пар немного смягчили кожу слухового прохода;
3. Как и чем? - просушивать или промокнуть полотенцем, либо скрученными ватными дисками.

## Что категорически делать нельзя?

1. Не следует углубляться глубже, чем на 1 см в ушной проход и не оказывать лишнего давления;
2. Не допускается для чистки ушей пользоваться ватными палочками и острыми предметами.

**Слух – это ценный дар, потеря которого приводит к снижению качества жизни. Берегите свой слух!**