

## БЕРЕГИТЕ СВОЙ СЛУХ!

Ежегодно 3 марта отмечается **Международный день охраны здоровья уха и слуха**. Выбранная дата праздника **3 марта (3.3)** имеет символическое значение. Числа, которыми она записана, по форме подобны человеческим ушам.



На сегодняшний день потеря слуха считается самой распространенной сенсорной формой инвалидности в мире. Миллионы людей во всем мире живут с инвалидизирующей потерей слуха. По данным ВОЗ, к 2050 году почти 2,5 миллиарда человек во всем мире – то есть каждый четвертый – будут страдать той или иной степенью потери слуха.

Основными причинами глухоты и тугоухости (неполной потери слуха) называют генетические нарушения, хронические инфекции уха, ряд заболеваний: краснуха, корь, свинка, менингит, – а также воздействие некоторых лекарственных препаратов и вредных факторов окружающей среды, в первую очередь, шума.

Более половины всех случаев глухоты и прочих нарушений слуха можно предотвратить, устранив причины их развития. В числе превентивных мер чаще всего называют иммунизацию населения, охрану здоровья матери и ребенка, обеспечение гигиены труда.

Родителям рекомендуется следить, чтобы в уши ребенка не попадала грязная вода; не шлепать ребенка, особенно по ушам; обучать детей не вставлять в уши посторонние предметы; в случае каких-либо тревожных симптомов немедленно обращаться в больницу.

Все большее беспокойство вызывает растущий уровень воздействия громких звуков в культурно-развлекательных и спортивных учреждениях, таких как ночные клубы, дискотеки, пабы, бары, кинотеатры, концертные залы, стадионы и даже фитнес-центры. Современные технологии становятся все более распространенными, и зачастую такие устройства, как аудиоплееры, используются для прослушивания музыки с небезопасными уровнями громкости и в течение продолжительного периода времени. Регулярное воздействие громких звуков создает серьезную угрозу развития необратимой потери слуха.

По оценкам ВОЗ, более 1,1 миллиарда молодых людей в мире могут быть подвержены риску потери слуха из-за небезопасной практики слушания. Более 43 миллионов человек в возрасте 12-35 лет по разным причинам имеют потерю слуха, приводящую к инвалидности.

Слух – это ценный дар, потеря которого приводит к снижению качества жизни.

**Берегите свой слух!**