



## Памятка для родителей «Как сохранить здоровье органов слуха у ребенка»

### 1. Как следить за чистотой ушей ребенка?

Ухо является самоочищающимся органом, не требующим какого-либо активного очищения. Уши необходимо чистить только снаружи. Вставлять в уши какие-либо предметы или закапывать какие-либо жидкости можно только по предписанию медицинского работника.

### 2. Почему у ребенка болит ухо?

Боль в ухе может быть вызвана такими проблемами, как:

- серная пробка в ухе;
- острая инфекция в наружном слуховом проходе;
- острая инфекция барабанной перепонки;
- наличие жидкости в среднем ухе.

Для определения проблемы необходимо привести ребенка на осмотр ушей.

Боль в ухе нельзя оставлять без внимания, так как она может привести к развитию серьезных проблем.

### 3. Как можно предотвратить инфекции уха у ребенка?

Большинство инфекций уха можно предотвращать благодаря надлежащему уходу за нашими ушами. Следует помнить о следующих важных аспектах:

- следить, чтобы в уши не попадала грязная вода;
- не шлепать ребенка, по ушам, так как это может привести к повреждению барабанной перепонки;
- обеспечивать раннее диагностирование инфекций уха, проявляя бдительность к таким проблемам, как боль в ухе, ухудшение слуха и выделения из уха;
- объяснять детям, что в уши нельзя вставлять никакие предметы (такие как карандаши, ластик, заколки и т.д.).

### 4. Можно ли использовать народные/растительные средства для ушей?

Нет! Они могут привести к раздражению наружного слухового прохода и среднего уха и вызвать инфекцию.

### 5. Когда следует показать ребенка врачу в связи с проблемами с ушами?

В случае, если ребенок жалуется на следующие симптомы:

- боль в ухе;
- выделения из уха;
- потеря слуха;
- если у ребенка есть проблемы с развитием речи;
- если ребенок не понимает то, что вы четко произносите.

### 6. Как долго можно находиться рядом с источником громкого шума, прежде чем это станет опасным?

Степень опасности для слуха зависит как от уровня шума, так и от продолжительности его воздействия. Необходимо предусматривать защиту от воздействия громкого шума. Перед посещением шумных мест необходимо обеспечить защиту ушей с помощью таких средств, как хорошо подобранные беруши.

### 7. Ребенок любит слушать громкую музыку в наушниках. Это вредит слуху?

При большой интенсивности (громкости) звука и значительной продолжительности его воздействия риск потери слуха повышается. Было продемонстрировано, что непрерывное прослушивание в наушниках при громкости на уровне 95% от максимума в течение 5 минут (на большинстве устройств) наносит вред слуху. Для защиты слуха при прослушивании в наушниках необходимо снижать громкость и делать перерывы.