Słyszymy coraz gorzej!

Kategoria: Polityka Zdrowotna
Opublikowano: czwartek, 29, luty 2024 12:28
Katarzyna Sekuła
Odsłony: 834

Według raportu Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) słyszymy coraz gorzej. Do 2050 roku jedna na cztery osoby będzie żyć z pewnym stopniem ubytku słuchu. W Polsce niedosłuch i inne problemy ze słuchem dotyczą 6% populacji. Jakie podjąć działania profilaktyczne, by cieszyć się dobrym słuchem na długie lata?

Komfort naszego życia zależy od tego jak słyszymy i czy możemy bez problemu się komunikować. Nie należy lekceważyć choćby drobnych problemów ze słuchem. Zdarza się, że pacjenci bagatelizują pierwsze objawy. Wielu z nich nie zgłasza się po pomoc nawet wtedy, gdy niedosłuch poważnie utrudnia im życie.

Dlaczego gorzej słyszymy?
Jak czytamy na stronie Narodowego Funduszu Zdrowia - liczba osób z niedosłuchem rośnie w wyniku starzenia się społeczeństwa. Coraz częściej problemy ze słuchem mają też młodsi – to efekt życia w hałasie generowanym przez tętniące życiem miasta, ale również głośne sprzęty elektroniczne, przenośne odtwarzacze muzyczne wyposażone w słuchawki, w tym smartfony. Pierwsze objawy pogorszenia słuchu są często przez nas bagatelizowane. Nieleczone, mogą nieść ze sobą poważne konsekwencje takie jak niedosłuch, wycofanie, demencja.

Działaj profilaktycznie
Eksperci NFZ przypominają, że jeśli mamy 45 lat lub więcej, należy pamiętać o kontrolnych wizytach u laryngologa. Po pomoc zwrócić powinno się też zwrócić jeśli mamy przewlekłe zapalenie uszu lub niedosłuch, oraz jeśli pracujemy w hałasie. Adresy placówek, gdzie można zgłosić się po pomoc znajdziesz pod linkiem: gsl.nfz.gov.pl/GSL/GSL/PrzychodnieSpecjalistyczne

Dzięki profilaktyce możesz utrzymać dobry słuch i zmniejszyć ryzyko jego utraty. Dlatego:

- unikaj hałasu, przycisz radio, telewizor, odtwarzacz muzyki;
- stosuj ochraniacze na uszy w czasie pracy w hałasie;
- stosuj środki zmiękczające woskowinę do czyszczenia uszu;
- leki, które mogą uszkadzać słuch (ototoksyczne) stosuj wyłącznie pod kontrolą lekarza;
- badaj słuch regularnie.

Źródło: NFZ

Phoca PDF