

# СОХРАНЕНИЕ СЛУХА



ЗАЛОГ ОБЩЕНИЯ С МИРОМ



Благодаря слуху люди могут воспринимать и различать всевозможные звуки и поддерживать общение. Именно поэтому, когда происходит снижение слуха, а причины для этого могут быть самыми разными, человек начинает чувствовать дискомфорт. У людей со сниженным слухом появляются сложности в ежедневной деятельности, например, затруднения прослушивания музыки или радио, общения с родными, друзьями, просмотр телевизора, общение по телефону и т.д. Возникают проблемы с концентрацией внимания.

Снижение слуха, как еще называют тугоухость, подразумевает ослабевание привычной функции, однако восприятие окружающих звуков, шума, речи, остается доступно. Очень часто люди жалуются на чрезмерный шум в ушах, который мешает им спокойно наслаждаться отдыхом или прерывает сон.

## ПРИЧИНЫ СНИЖЕНИЯ СЛУХА

- Заболевания, которые напрямую связаны с органом слуха, к примеру, отит либо отосклероз.
- Наличие серных пробок в ушных каналах
- Неблагоприятные факторы, окружающие человека (влажность, пыль и грязь), могут привести к началу воспалительного процесса.
- Преклонный возраст также может воздействовать на слуховой нерв и его функцию.
- Сильный шум, различные звуки (которые превышают 60 Дб), связанные с профессиональной деятельностью.
- Негативно может сказаться лечение антибиотиками и другими медикаментами.
- Ушные патологии, которые являются врожденными.

Как правило, снижение уровня слуха у людей преклонного возраста начинается с небольших недомоганий среднего уха и возникновения посторонних шумов. Восприимчивость к различным звукам резко снижается, затем идет процесс нечеткого отличия звуков. Характерным признаком снижения слуха становится регулярный звон в ушах.

## ПОСЛЕДСТВИЕ ОТИТА И ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Ухудшение уровня слуха может наблюдаться при постоянном и продолжительном отите либо при осложнении таких простудных заболеваний как ОРВИ, ГРИПП, хронический насморк. Такая реакция происходит вследствие воздействия воспаления на слуховой нерв. Особенно опасен гнойный отит, так как может привести к свищу в барабанной перепонке.

При несвоевременном обращении к врачу человек может не только получить понижение слуха, но и навсегда остаться пользователем слухового аппарата, несмотря на ранний возраст.



## ДИАГНОСТИКА СНИЖЕНИЯ СЛУХА

Снижения слуха диагностируются в кабинете у врача отоларинголога. Эта процедура происходит безболезненно и очень быстро. Специальным медицинским прибором – отоскопом, смотрят на состояние слухового прохода у пациента. Чтобы определить у человека характеристики слуха, врач проводит с ним специальные слуховые тесты.



## МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СЛУХА

- **Аудиометрия** – это исследование проводится аудиометром, чтобы определить, насколько у человека произошла потеря слуха. Оно дает объективно понять степень чувствительности слухового органа к колебаниям разной частоты, а также определяет предел восприятия слуха у человека.
- **Метод тональной аудиометрии** – определение уровня звукового восприятия человеком.
- **Речевая аудиометрия** – это самая простая методика, которая не требует дополнительного оборудования и инструмента. Тестирование проводится при помощи разговорной речи и шепота.



## ЛЕЧЕНИЕ

Для начала стоит пройти полный курс обследования, затем выполнять предписания лечащего врача. Лечение будет зависеть от выявленной причины.

- При отосклерозе необходимо увеличить дозу приема фосфора, брома, кальция и различного комплекса витаминов.
- Уменьшить шумы в ушах в любом возрасте помогут профилактические процедуры.
- При наличии серной пробки необходимо прибегнуть к промыванию.
- Параллельно с лечебными процедурами возможно принимать препараты, которые благотворно действуют на образование отложений.
- Не стоит забывать регулярно очищать слуховой проход ушной палочкой.



## ПРОФИЛАКТИКА СНИЖЕНИЯ СЛУХА

- одевайте наушники или беруши для работ, связанных с громким уровнем шума;
- защищайте уши от переохлаждения, то есть, одевайтесь по сезону, включая головной убор;
- не слушайте сильно громкую музыку в наушниках и без них;
- не ныряйте слишком глубоко и надевайте на голову резиновую шапочку при купании в бассейне с хлорированной водой;
- своевременно обращайтесь к врачу для лечения воспалительных процессов уха, горла, носа;
- не занимайтесь самолечением; избегайте стрессовых ситуаций;
- ешьте как можно больше витаминов, они содержатся во фруктах и овощах;
- посещайте врача для раннего выявления патологических процессов;
- не забывайте о чистке ушей, для предотвращения накопления серы.





**БЕРЕГИТЕ СЛУХ!  
НЕ ДОПУСКАЙТЕ РАЗВИТИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ  
И БЕРЕГИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ!**

## ЛЕЧЕБНЫЙ КУРС В САНАТОРИЯХ

- Консультативный прием врача сурдолога – оториноларинголога;
- Диагностика: аудиометрия;
- Определение проходимости слуховых труб;
- Пневмомассаж барабанных перепонки;
- Блокада заушная с лекарственными средствами;
- Инстиляция и аппликация лекарственных веществ в наружный слуховой проход;
- Удаление серных пробок.

Более подробную информацию о предоставляемых санаториями услугах Вы можете узнать по бесплатному номеру круглосуточной службы поддержки “РЖД - ЗДОРОВЬЕ”  
8 (800) 555 2 777

## ПЕРЕЧЕНЬ САНАТОРИЕВ “РЖД-ЗДОРОВЬЕ” ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ДАННОЙ ГРУППЫ ЗАБОЛЕВАНИЙ



Санаторий «Аквамарин»

353417 Краснодарский край,  
г. Анапа, с. Витязево,  
ул. Горького/бульвар Шардоне, 42/1

+7 (495) 797-05-84

+7 (988) 235-84-00

+7 (863) 221-25-84











---

Благотворительный фонд «Почет» совместно с Центральной дирекцией здравоохранения ОАО «РЖД» на регулярной основе проводит для Вас встречи с врачами железнодорожных больниц и поликлиник по профилактике наиболее часто встречающихся заболеваний в старшем возрасте. На этих встречах врачи рассказывают о диагностике заболеваний, правильном питании и образе жизни, методах лечения и предотвращения обострений. Мы надеемся, что эти занятия будут для Вас полезны и помогут Вам поддерживать себя в хорошей форме. Если Вы хотите узнать тематику встреч или принять участие в занятиях, Вам необходимо обратиться в свой Совет ветеранов, где Вы состоите на учете, в Межрегиональный координационный совет ветеранов Вашей железной дороги или в Благотворительный фонд «Почет» и сообщить о своем желании. Ждем Вас на наших занятиях!

---

**Благотворительный фонд “Почет”:**

**+7 (499) 262 0 262**

**для звонков из регионов:**

**8 (800) 775 22 42**

**Единый Контакт-центр сети учреждений здравоохранения**

**ОАО «РЖД» – «РЖД-Медицина»:**

**8 (800) 234 34 34, [rzd-medicine.ru](http://rzd-medicine.ru)**

**Служба поддержки АО «РЖД-ЗДОРОВЬЕ»:**

**8 (800) 555 2 777**