استاندارد جهانی برای گوش دادن ایمن درمکان ها و مراسم مختلف

WORLD HEARING FORUM

گوش دادن ایمن چیست؟

گوش دادن ایمن به مجموعه ای از عادات و رفتارهایی اشاره دارد که به شما امکان می دهد از موسیقی لذت ببرید و در عین حال خطر آسیب غیرقابل برگشت شنوایی را کاهش دهید.
گوش دادن ایمن می تواند از کم شنوایی جلوگیری کند!

استاندارد جهانی برای گوش دادن ایمن درمکان ها و مراسم مختلف چیست؟

سازمان بهداشت جهانیمجموعه ای از توصیه های مبتنی بر شواهد را برای کاهش خطر کم شنوایی در افرادی که از مکان های تفریحی و مکانهای مختلف بازدید می کنند، ایجاد کرده است.
این چارچوبها در پاسخ به نگرانی فزاینده در مورد کم شنوایی ناشی از صداهای بلند ایجاد شده است.

شش ویژگی این استاندارد را تشکیل می‌دهند و برای مکان‌هایی مانند کلوپ‌های شبانه، دیسکوها، بارها، کنسرت‌ها و جشنواره‌ها اعمال می‌شوند.

چرا رعایت گوش دادن ایمن درمکان ها و رویدادهای مختلف مهم است؟

کم شنوایی ناشی از صداهای بلند دائمی است.

۱,۱ میلیارد

جوان به دلیل شیوه های ناایمن گوش دادن در معرض خطر کم شنوایی هستند.

٤٠

درصد از افراد ۱۲ تا ۳۵ ساله در کشورهای با درآمد بالا و متوسط در مکان های تفریحی در معرض صداهای مخرب قرار دارند.

چگونه می توان از استاندارد گوش دادن ایمن برای مکان ها و رویدادها استفاده کرد؟

دولت ها

می توانند قوانین یا مقرراتی را تدوین کنند و سپس برای انطباق، در کنار کمپین های آگاهی گوش دادن ایمن نظارت شود.

صاحبان / مدیران اماکن و رویدادها، انجمن های صنعتی

می توانند استانداردهایی اتخاذ کنند و ویژگی های آن را به صورت داوطلبانه اجرا کند.

موسسات آموزشی برای نوازندگان و مهندسان آکوستیک

می توانند یک ماژول گوش دادن ایمن با تمرکز بر نیاز، منطق، مزایا و ویژگی های استاندارد دربرنامه های خود بگنجانند.

مزایای اجرای استانداردهای گوش دادن ایمن در مکان ها و رویدادها چیست؟

دولت ها

کم شنوایی یک مسئله بهداشت عمومی جهانی در حال رشد است.
پیشگیری از کم شنوایی ، نیاز به مراقبتهای شنوایی را کاهش میدهد، کیفیت زندگی را بهبود می بخشد و به افزایش بهره وری کمک می کند.

صاحبان / مدیران اماکن و رویدادها، انجمن های صنعتی

احترام گذاشتن به سلامت شنوایی مشتریان و بهبود تجربه شنیداری آنها برای صنعتی که به ظرفیت شنیدن آنها متکی است، منطق مالی خوبی دارد.

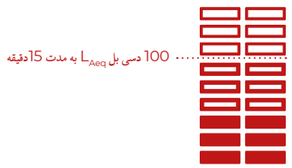
متخصصان آکوستیک، مهندسان، نوازندگان، برگزارکنندگان رویداد و دیگران

خطر کم شنوایی را هم در بین مخاطبان و هم برای کسانی که در چنین مکان‌ها و رویدادهایی کار می‌کنند، کاهش می‌دهند.

شش ویژگی استاندارد گوش دادن ایمن برای مکان ها یا رویدادها

۱. محدود کردن سطوح صدا

حداکثر محدودیت ۱۰۰ دسی بل LAeq ۱۵دقیقه به مدت *
اعمال شده است که صدا را ایمن و لذت بخش برای مخاطب حفظ می کند.



۲. نظارت بر میزان بلندی صدا

نظارت و ضبط زنده سطوح صدا با استفاده از تجهیزات اندازه گیری کالیبره شده توسط کارکنان تعیین شده.

۳. بهینه سازی وضعیت آکوستیک محل برگزاری و سیستم های صوتی

سیستم صوتی و آکوستیک محل برگزاری باید برای تضمین کیفیت صدای لذت بخش و سطوح گوش دادن ایمن برای همه بهینه شود.

٤. در دسترس قرار دادن محافظ شنوایی شخصی

محافظ شنوایی مانند گوش گیر باید همراه با دستورالعمل در دسترس مخاطبان باشد.

٥. دسترسی به منطقه (ها)ی آرام

مناطق ساکت به مخاطب این امکان را می دهد که به گوش خود استراحت داده و خطرکم شنوایی را کاهش دهد.

٦. ارائه آموزش و اطلاعات

کارکنان و اعضای مخاطب باید در مورد اقدامات عملی که می توانند برای اطمینان از گوش دادن ایمن انجام دهند مطلع شوند.

* 15 دقیقه L_{Aeq}، میانگین اندازه گیری شده میزان بلندی صدا در پانزده دقیقه است

برای ترویج گوش دادن ایمن در مکان ها و رویدادها چه کاری می توانید انجام دهید؟

جامعه مدنی می تواند نقشی محوری در افزایش آگاهی از استاندارد گوش دادن ایمن و حمایت از اجرای آن در میان دولت ها، مالکان/مدیران اماکن و رویدادها و کارکنان شاغل در چنین مکان ها و رویدادها ایفا کند.

اگر میخواهید تمام عمر بشنوید، با احتیاط گوش دهید.
گوش دادن را ایمن کنید.

Adapted from @World Health Organization, WHO/UCN/NCD/SDR 21.1
Translated by Dr Guita Movallali & Hoda Mirzadeh. USWR University
Parvaneha Association of Parents of deaf/hard of hearing. Iran.
Member of the World Hearing Forum

WORLD HEARING FORUM