

เสียงดังในที่ทำงาน และขณะทำกิจกรรมยามว่าง ทำลายการได้ยิน

ฟังอย่างปลอดภัย:



หรือเสียงเบาลง

ใส่อุปกรณ์อุดหู
เมื่ออยู่ในสถานที่
ดังอีกที

จำกัดเวลาทำกิจกรรม
ที่เสียงดัง

ใช้แอปพลิเคชันใน
โทรศัพท์มือถือสำหรับ
วัดระดับเสียง

ตรวจการได้ยินเป็น
ประจำ

เมื่อสูญเสียการได้ยินแล้ว
ไม่มีทางหายเป็นปกติ!

#safelistening

มาเรียนรู้กัน

