

কানের স্বাস্থ্য ভালো রাখার পরামর্শ



করবেন



কোলাহলপূর্ণ জায়গায় ইয়ারপ্লাগ ব্যবহার করা



নিয়মিত শ্রবণশক্তি পরীক্ষা করা



পরামর্শ অনুসারে নিয়মিত শ্রবণযন্ত্র ব্যবহার করা



কানের বা শোনার সমস্যা হলে ডাক্তার দেখানো

করবেন না



কানের ভিতরে কটন বাড, তেল, কাঠি বা পিন ঢোকানো



নোংরা জলে সাঁতার কাটা বা স্নান করা



ইয়ারফোন বা ইয়ারপ্লাগ কাউকে দেওয়া বা কারোর থেকে নেওয়া



জোরে আওয়াজ বা জোরে গান শোনা



সকলের জন্য কানের ও শোনার যত্ন !
একে বাস্তবায়িত করুন

Adapted from @World Health Organization,WHO/UCN/NCD/SDR 23.1
Translated by Anwesha Kolkata. On behalf of GPODHH, India
Member of the World Hearing Forum

#WorldHearingDay #HearingCare

