

TIPS UNTUK TELINGA SEHAT



BOLEH



Gunakan penyumbat telinga di tempat bising



Periksakan pendengaran anda secara berkala



Gunakan alat bantu dengar secara rutin, ketika disarankan



Periksa ke dokter, jika ada keluhan telinga atau pendengaran

TIDAK BOLEH



Mengorek telinga dengan cotton bud, jarum, peniti, meneteskan minyak dalam telinga



Berenang, mandi, atau keramas dengan air kotor



Saling bergantian menggunakan penyumbat telinga / earphone



Mendengarkan musik atau suara terlalu keras



PEDULI TELINGA DAN PENDENGARAN UNTUK SEMUA

Mari kita wujudkan menjadi kenyataan

Adapted from @World Health Organization, WHO/UCN/NCD/SDR 23.1
Translated by Dr Nyilo Purnani, Sp.THTKL(K), FICS., FISC.M. Faculty of Medicine, Universitas Airlangga and Dr Ratna Anggraeni, Sp THTKL(K), MKes. Faculty of Medicine, Universitas Padjadjaran - Bandung - Indonesia. Member of the World Hearing Forum

#WorldHearingDay #HearingCare

