

청력과 귀건강을 위한 자기 관리

평생동안 건강한 청력을 유지하세요



1 청력을 보호하세요

음량을 최대의 60% 이하로 유지
시끄러운 환경에서는 귀마개 사용



2 청력 검사를 받아보세요

신생아 및 학령기 아동
50세 이상의 성인



3 스스로 청력을 체크하세요

WHO hearWHO 앱으로 매년 검사
점수가 50 이하면 의사 진료가 필요



4 보조 기기를 이용하세요

보청기나 다른 기기들로 청력을 향상할 수 있음
자막과 수화를 사용하면 정보를 더 쉽게 접할 수 있음



5 소식을 놓치지 마세요

올바른 귀 관리 방법
지역 사회에 중요성 알림

