

TRAO QUYỀN CHĂM SÓC TẠI VÀ THÍNH LỰC CHO BẢN THÂN

Bảo đảm thính lực tốt suốt đời.



- 1 Bảo vệ thính lực của bạn**
Giữ âm lượng dưới mức tối đa 60%
Sử dụng nút bịt tai trong môi trường ồn



- 2 Yêu cầu kiểm tra thính lực cho**
Trẻ sơ sinh, trẻ ở độ tuổi đi học
Người trên 50 tuổi



- 3 Kiểm tra thính lực của chính bạn**
Sử dụng ứng dụng kiểm tra thính lực "hearWHO"
của WHO hàng năm
Đi khám bác sĩ nếu kết quả điểm dưới 50



- 4 Sử dụng thiết bị hỗ trợ nghe**
Nếu được chỉ định, máy trợ thính và các thiết bị hỗ trợ nghe khác sẽ cải thiện việc nghe của bạn
Dịch chuyển lời nói thành văn bản và ngôn ngữ ký hiệu có thể giúp bạn tiếp cận được thông tin nhiều hơn



- 5 Duy trì kết nối**
Tự học cách chăm sóc tốt cho tai
Nâng cao nhận thức cho cộng đồng

