

今、若年層で

WHO(世界保健機関)より

「スマホ難聴」が増えています

スマホで長時間大きな音で音楽を聴き続けると「内耳(耳の奥)」神経細胞が痛んでしまいます。

初期は「耳鳴り」「耳のつまり」を感じる程度ですが、ひどくなると、耳の聞こえが悪くなり治らなくなったり

耳の奥の方が痛みを感じます。

予 防 法

音量を小さく
1日1時間以内

- (1) スマホでの音楽鑑賞は、1日1時間以内にする。
- (2) 音量に注意する。

周囲の音が少し聞こえるくらいの音量で聴く。

聴力検査で耳の聞こえの状態がわかります。
ご心配な方は、ご相談ください。

原因は？
普段、長時間、大音量で
音楽を聴いている

