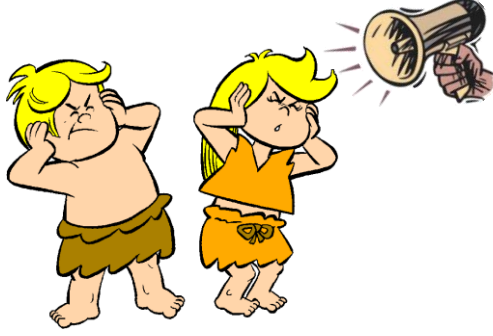


### ಜೋರು ಶಬ್ದಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು.

- ಜೋರು ಶಬ್ದದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಶ್ರವಣ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ಸಾಧನೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು.
- ಜೋರಾದ ಶಬ್ದ ಬರುವ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲ ಜೋರು ಶಬ್ದದಿಂದ ಬಿಡುವು ಕೊಡಬೇಕು



- ಹೆಡ್ ಫೋನ್ ಅಥವಾ ಇಯರ್ ಫೋನ್ ಬಳಸಬಾರದು ಮತ್ತು ಬಳಸುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ಶಬ್ದದಿಂದ ಕೇಳಬೇಕು.



### ನಿರಂತರವಾದ ಕಿವಿ ಪರೀಕ್ಷೆ ಅಗತ್ಯ.

- ವಯಸ್ಸಾದ ನಂತರ ಕಿವಿ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ತೊಂದರೆ ಬರುತ್ತದೆ.
- ಕಿವಿಗೆ ಹಾನಿಮಾಡುವ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಶ್ರವಣ ನಂಜಿನ ಔಷಧ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಆ ಔಷಧಿಗಳ ಬಳಕೆಯಿಂದ ತೊಂದರೆಯಾದಲ್ಲಿ ಕಿವಿಯ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ.



- ನಿಮ್ಮ ಕಿವಿಗೆ ತೊಂದರೆ ಆಗುವಂತಹ ಯಾವುದೇ ಮುನ್ನೂಚನೆಗಳನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಬಾರದು.
  - ಕಿವಿನೋವು
  - ಕಿವಿ ಸೋರುವಿಕೆ
  - ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ಶಬ್ದ
  - ಗದ್ದಲದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾತನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ತೊಂದರೆ.

○ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡುವಾಗ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ತೊಂದರೆ

- ಕಿವಿಗೆ ಜೊಪಾದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹಾಕುವುದರಿಂದ ಕಿವಿಗೆ ಹಾನಿಯುಂಟಾಗುತ್ತದೆ.
- ಕಾಟನ್ ಬಡ್ಡ್ಸ್ ಹಾಕಬೇಡಿ
- ಕಿವಿಯಲ್ಲಿನ ತೇವಾಂಶ ಹೆಚ್ಚಾದಲ್ಲಿ ಬ್ಯಾಕ್ಟಿರಿಯಾಗಳು ಕಿವಿಯ ಒಳಗೆ ಹೋಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ಕಿವಿಯ ಸೋಂಕು ಉಂಟಾಗಿ ಕೇಳಿಸುವ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.





ಜೆಎಸ್‌ಎಸ್ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಪೀಠ, ಮೈಸೂರು  
**ಜೆಎಸ್‌ಎಸ್ ವಾಕ್ ಶ್ರವಣ ಸಂಸ್ಥೆ,**  
**ಧಾರವಾಡ**

(ಭಾರತೀಯ ಪುನರ್ವಸತಿ ಪರಿಷತ್ತಿನ ಮಾನ್ಯತೆ  
ಹಾಗೂ

ಕರ್ನಾಟಕ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ ಧಾರವಾಡದಿಂದ  
ಸಂಯೋಜನೆ ಪಡೆದಿರುವ ಸಂಸ್ಥೆ)

ಶ್ರೀ ಶಿವರಾತ್ರಿಶ್ವರ ನಗರ,  
ಕೆಲಗೇರಿ, ಧಾರವಾಡ-೫೮೦೦೦೭

ಜೆಎಸ್‌ಎಸ್ ವಾಕ್ ಶ್ರವಣ ಸಂಸ್ಥೆ,  
ತಪೋವನದ ಹತ್ತಿರ, ಶ್ರೀ ಶಿವರಾತ್ರಿಶ್ವರ ನಗರ, ಕೆಲಗೇರಿ  
ಧಾರವಾಡ - 580007

ಫೋನ್ ಸಂಖ್ಯೆ : 0836-2770775/2776776

ಸಮಯ: ಸೋಮವಾರದಿಂದ ಶನಿವಾರದವರೆಗೆ

10am to 5pm

ಭೇಟಿ ನೀಡಿ : <http://jssishdharwad.org>

ಕಿವಿ ಕೇಳಿಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಗೆ  
ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸುವುದು