

OLEH : CIKGU FAA'IZA

HATI-HATI MENGGUNAKAN FON TELINGA

Masalah pendengaran ialah



PENGGUNAAN FON TELINGA YANG SELAMAT

→ Kurangkan penggunaan fon telinga



Doktor Azlan
dalam talian



Selamat petang, Doktor Azlan.
Apakah punca masalah
pendengaran?

Selamat petang, Hadif. Antara
punca masalah pendengaran
termasuklah penggunaan fon
telinga yang terlalu lama.

Bagaimanakah cara menggunakan
fon telinga dengan selamatnya?

Pertama, kita perlu mengurangkan
penggunaan fon telinga. Jangan
gunakannya lebih daripada 90 minit.
Pastikan tetapan tahap bunyi tidak
melebihi setengah. Jika terdedah
kepada bunyi bising dalam tempoh
yang lama, berikan masa rehat untuk
telinga sekurang-kurangnya 16 jam.

Ingin, Hadif. Masalah pendengaran
ialah kecacatan kekal dan tidak
boleh diubati.

Terima kasih, doktor.

Sama-sama, Hadif.