

ලෝක ශ්‍රවණ දිනය | 2022 මාර්තු 3

#ලෝකශ්‍රවණදිනය

ජීවිතය ඇසීමට ඔබේ සවන් රැකගන්න!



අධික ශබ්දය නිසා ඇතිවන
ශ්‍රවණාබාධ වළක්වා ගත හැක



ලෝක ශ්‍රවණ දිනය | 2022 මාර්තු 3

#ලෝකශ්‍රවණදිනය

ජීවිතය ඇසීමට ඔබේ සවණ් රැකගන්න!



අධික ශබ්දය නිසා ඇතිවන
ශ්‍රවණාබාධ වළක්වා ගත හැක



ලෝක ශ්‍රවණ දිනය | 2022 මාර්තු 3

#ලෝකශ්‍රවණදිනය

ජීවිතය ඇසීමට ඔබේ සවන් රැකගන්න!



අධික ශබ්දය නිසා ඇතිවන
ශ්‍රවණාබාධ වළක්වා ගත හැක



රැකියාවේදී සහ විවේක කාල වලදී අධික ශබ්ද වලට සවන් දීම, ඔබේ කන් ඇසීමට හානි ගෙන දිය හැකිය

වැඩි විස්තර



කන් ඇසීම රැක ගැනීමට :



ශබ්දය
අඩු කරන්න

කෝෂාකාරී
වටපිටාවකදී,
කන් ඇඹ
(ear plugs)
භාවිතා කරන්න

කෝෂාකාරී
ක්‍රියාකාරකම්වල
යෙදී සිටින කාලය
සීමා කරන්න

ශබ්ද මට්ටම්
නිරීක්ෂණය කිරීමට
ස්මාර්ට් ජංගම
දුරකථනය භාවිතා
කරන්න

නිතිපතා ශ්‍රවණ
පරීක්ෂාවන්
සිදු කරන්න

ඔබේ ශ්‍රවණය හානි වූ පසු
ඵය නැවත නිවරදි කල නොහැක

#සුරැකි ශ්‍රවණය

