

每个人都是自己健康的第一责任人

每个人都是自己健康的第一责任人

每个人都是自己健康的第一责任人

每个人都是自己健康的第一责任人



### 上班听歌 伤害多多

使用耳机听音乐，要注意调整音量不要太大；在噪声环境中，这种行为将会加剧对你听力的损伤



### 小小耳塞 温暖有爱

进入噪声作业场所前戴好耳塞，不仅是为了避免高噪声损伤，更是为了避免长期接触引发不可逆的伤害



### 加戴耳罩 确有必要

长期接触高强度噪声时，建议佩戴“耳塞+耳罩”进行保护，且千万不可在工作中随意摘下



### 定期监护 健康有数

单位定期组织体检时，应积极配合及时参加，并按需复查，做到早发现、早诊断、早治疗

