

SỰ THẬT VỀ ẢNH HƯỞNG CỦA TAI NGHE ĐẾN THÍNH GIÁC

Nếu âm thanh lớn, liên tục khuấy động tai của bạn, hoàn toàn có thể là nguyên nhân gây mất thính giác do tiếng ồn.

Nếu âm thanh lớn, liên tục khuấy động tai của bạn, hoàn toàn có thể là nguyên nhân gây mất thính giác do tiếng ồn.

Điều này giải thích lý do tại sao những người làm việc xây dựng hoặc tại các sân bay đeo tai nghe bảo vệ để ngăn chặn tiếng ồn.

Cơ chế tiếp nhận âm thanh của tai như sau: Khi một nguồn âm thanh rất lớn, chẳng hạn một vụ nổ, hoặc các âm thanh lặp đi lặp lại, chẳng hạn như tiếng ồn nhà máy hoặc guitar điện, đi qua ống tai của bạn, đập vào màng nhĩ. Màng nhĩ rung động, gây nên các rung động ở các xương nhỏ trong tai giữa, sau đó tạo ra sóng chất lỏng trong một cấu trúc sâu hơn gọi là ốc tai. Các sóng này làm di chuyển những sợi lông rất nhỏ, chuyển đổi âm thanh thành các xung điện truyền tới bộ não của bạn, nói với nó những gì bạn đang nghe. Sóng lớn đôi khi có thể làm hỏng các sợi lông nhỏ; và chúng rất có thể không bao giờ mọc lại.

Hãy chọn một chiếc tai nghe "thân thiện" với đôi tai quý báu của bạn. (Ảnh: Mailydaily)

Làm việc ở văn phòng hay thư viện khiến nhiều người có thói quen đeo tai nghe với âm lượng khủng để tập trung và lấn át tiếng ồn bên ngoài. Tuy nhiên, khi tiếp xúc với âm thanh thời gian dài hoặc lặp đi lặp lại với mức độ bằng hoặc hơn 85 decibel có thể gây ra mất thính lực. Một máy nghe nhạc MP3 thông thường có âm lượng tối đa đạt hơn mức 100 decibel. Điều đó cảnh báo những ai hay nghe tai nghe ở âm lượng cao nhất một cách thường xuyên.

Mất thính giác do tiếng ồn không thể dẫn đến điếc hẳn nhưng nó có thể gây tổn thương vĩnh viễn cho màng nhĩ. Nếu bạn khó nghe những đoạn đối đáp trong đám đông hoặc không thể phát hiện các nốt cao hơn trong một bản tin, đó có thể là dấu hiệu đánh mất thính giác do tiếng ồn.

Cách tốt nhất để bảo vệ đôi tai quý báu của bạn là giữ cho âm lượng ở mức hợp lý. Và cách tốt nhất để đảm bảo bạn làm điều đó là chi tiền hợp lý vào một đôi tai nghe phù hợp.

Cách điều chỉnh âm thanh tai nghe phù hợp là hãy chuyển âm thanh tai nghe xuống mức thấp hơn mức bạn thấy vừa phải ban đầu. Bởi những tiếng ồn bên ngoài khiến não bạn có xu hướng muốn nghe to hơn để át đi tiếng ồn, điều đó rất dễ là cực hình với đôi tai.