


ใช้ "มือถือ" และ "หูฟัง" มากเกินไปอาจจะ....

นำเสนอเมื่อ : 13 ก.ย. 2552


คุณเคยเจออาการแบบนี้บ้างไหมคะเช่น **คุยโทรศัพท์นานๆ แล้วรู้สึกหูของตัวเองร้อน** หรือมีเลือดผสมหนองไหลออกมาจากหู ถ้ามีอาการแบบนี้ละก็ รีบเข้ามาทางนี้โดยด่วนเลย เพราะมีสาเหตุของอากาศเหล่านี้มาบอกค่ะ

 ใช้ "มือถือ" และ "หูฟัง" มากเกินไปอาจจะ....

มือถือ >> การคุยโทรศัพท์มือถือติดต่อกันเป็นเวลานาน ทำให้ติดเชื้อโรคต่างๆ ได้ง่าย เพราะความร้อนจากโทรศัพท์จะเข้าไปอยู่ในหู ทำให้เกิดอาการคัน ซึ่งเมื่อนองๆ แคะ หรือเกาแล้วจะทำให้ผิวหนังเป็นแผล ดังนั้นเชื้อโรคต่างๆ จึงสามารถเข้าสู่แผลได้ง่ายขึ้น ทำให้ช่องหูเป็นสิ่วหรืออักเสบได้ นอกจากนี้คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าจากโทรศัพท์ยังเป็นตัวการทำลายประสาทในหู และเซลล์สมองอีกด้วย ทำให้เป็นเนื้องอกขึ้นมาได้

วิธีป้องกัน


- ถ้ารู้ตัวว่าเป็นขี้เมาที่ชอบคุยโทรศัพท์เป็นเวลานานๆ ละก็ ขอแนะนำให้ใช้สมอลล์ทอล์ค หรือบลูทูธแทน เพราะจะช่วยป้องกันคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าได้
- นำสำลีจุ่มแอลกอฮอล์เช็ดทำความสะอาดโทรศัพท์มือถือวันละ 2 ครั้ง เพื่อเป็นการฆ่าเชื้อโรค

 ใช้ "มือถือ" และ "หูฟัง" มากเกินไปอาจจะ....

หูฟัง >> การใช้ฟังเพลงติดต่อกันเป็นเวลานาน ทำให้เกิดความดันของคลื่นเสียง ซึ่งจะทำลายเซลล์ประสาทหูและเซลล์ขนในหู แต่ถ้าได้ยินเสียงเหมือนแมงหวี่ร้อง หรือเสียงวิหิงญานผิดปกติตลอดเวลาละก็ แสดงว่าน้องๆ มีอาการประสาทรับเสียงเสียงเสื่อมนะ นอกจากนี้หูฟังที่ใส่ฟังเพลงนั้น น้องๆ รู้กันหรือเปล่าวาเป็นแหล่งสะสมเชื้อแบคทีเรียและเชื้อโรค ซึ่งจะทำให้เป็นโรคหนองในหู และการอักเสบในช่องหูได้

วิธีป้องกัน

- ควรที่จะเปิดเสียงในเครื่องเล่นเอ็มพี 3 ให้มีระดับความดังเพียงแค่ครึ่งเดียวของระดับเสียงที่เครื่องมีอยู่ เลือกฟังเพลงในช่วงเวลาที่ต้องการเท่านั้น เพื่อเป็นการช่วยหยุดพักการทำงานของหู
- หลีกเลี่ยงการใช้หูฟังร่วมกับผู้อื่น เพราะอาจจะทำให้ติดเชื้อโรคได้ ควรที่จะเปลี่ยนฟองน้ำและทำความสะอาดหูฟังเป็นประจำ

 ใช้ "มือถือ" และ "หูฟัง" มากเกินไปอาจจะ....

อากาศ >> ฝุ่นละอองและควันรถทำให้เป็นโรคในระบบทางเดินหายใจได้ ดังนั้นคนที่เป็โรคภูมิแพ้และเป็นหวัดบ่อย จึงต้องระมัดระวังไม่ปล่อยให้ลูกหลานจนเกิดอากาศอึกแสบหลังโพรงจมูกและคอ เพราะถ้าเป็นแล้วละก็เชื้อโรคจะเดินทางมาที่หูทำให้เป็นโรคหูน้ำหนวกได้

วิธีป้องกัน

- จะต้องรักษาสุขภาพของตัวเองให้แข็งแรง เพื่อป้องกันการเป็นโรคภูมิแพ้และเป็นหวัด
- หากเป็นหวัดต้องคอยสังเกตุตัวเองว่ามีของเหลวลักษณะเหมือนเลือดผสมหนองไหลออกมาจากรูหรีเปลา และถ้ามีอาการปวดหูด้วยละก็ น้องๆ จะต้องรีบไปหาหมอโดยด่วน เพราะแก้วหูอาจจะอึกแสบจนถึงชั้นทะลุแล้วก็ได้นะ

เห็นไหมคะว่า สิ่งของต่างๆ ที่อยู่ใกล้ตัวเรานั้นสามารถทำให้เกิดโรคร้ายไข้เจ็บได้ ดังนั้นเพื่อสุขภาพร่างกายของตัวเอง จึงควรที่จะใช้โทรศัพท์มือถือ เครื่องเล่นเพลงเอ็มพี 3 ฯลฯ ให้เหมาะสมไม่มากเกินไปคะ

ขอบคุณที่มา เด็กดีดอทคอม