

AMBIL LANGKAH MENCEGAH

Apabila mendengar muzik, pastikan kekuatan bunyi muzik kurang daripada 60 peratus daripada kekuatan bunyi maksimum.



Hadkan jumlah masa mendengar alat audio peribadi.

Gunakan fon telinga jenis menyekat kebisingan agar muzik jelas kedengaran pada tahap kekuatan bunyi yang selamat.



Luangkan masa mengambil waktu rehat jika berada di tempat yang memainkan muzik pada tahap kekuatan bunyi tinggi.



Jauhi daripada persekitaran yang terlalu bising.



Kerap melakukan pemeriksaan pendengaran.



Anda boleh mendapati senarai pusat pendengaran di laman web: <https://www.bestsound-technology.com.sg/haw/>