

تحذير... سماعات الأذن اللاسلكية قد تؤدي إلى فقدان السمع



حذر علماء من أن سماعات الأذن اللاسلكية قد تؤدي إلى فقدان السمع بسبب مستويات الضوضاء الصارة التي تُنقل مباشرة إلى قناة الأذن.

ووفقاً لتقرير نشرته إيف سيمونز في صحيفة "ديلي ميل"، تعتبر سماعات الرأس التي توضع فوق الأذن أكثر أماناً، لأنها تحجب الضوضاء الخلفية بشكل فعال، مما يقلل من ضرورة رفع مستوى الصوت.

وتشير توجيهات الاتحاد الأوروبي ومنظمة الصحة العالمية إلى أن: "المستوى الآمن للضوضاء من سماعات الرأس هو 100 ديسيبل، وهو ما يعادل صوت صفارة سيارة الإسعاف".

ولكن الدكتور سام كوث، المحاضر في علم السمع بجامعة مانشستر، حذر من أن بعض سماعات الأذن قد تصل مستوياتها إلى 120 ديسيبل، مما يعادل صوت المنشمار الكهربائي أو طائرة نفاثة عند الإقلاع.

وتعتبر مدة التعرض أيضاً عاملاً مهماً، ففي بيئة تبلغ ضوضاءها 85 ديسيبل، يجب ألا يتجاوز وقت

التعرض الآمن ثمانى ساعات.

ومع كل زيادة قدرها 3 ديسبل، يتقلص الوقت الآمن إلى النصف.

وفي مقال في مجلة Health Global BMJ، حذر فريق من العلماء من أن: "مليار شخص تتراوح أعمارهم بين 12 و34 عاما معرضون لخطر فقدان السمع بسبب استخدام سماعات الرأس في بيئات موسيقية صاخبة".

ويوصي الخبراء باتباع "قاعدة 60/60" عند استخدام سماعات الأذن، وهي استخدام السماعات لمدة تصل إلى 60 دقيقة يوميا مع ضبط مستوى الصوت على 60 بالمئة فقط.