



ಜೆ. ಎಸ್. ಎಸ್ ವಾಕ್ ಮತ್ತು ಶ್ರವಣ ಸಂಸ್ಥೆ



ವಿಶ್ವ ಶ್ರವಣ ದಿನ 3ನೇ ಮಾರ್ಚ್ ನಿರ್ಮಾಣ ಕೆಲಸಗಾರರೇ; ನಿಮ್ಮ ಶ್ರವಣವನ್ನು ಉಳಿಸಿ !!!

ಶ್ರವಣದೋಷದ ಕಾರಣಗಳು

- ನಿರ್ಮಾಣ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಜೋರಾದ ಶಬ್ದಗಳಿಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಕಿವಿಯನ್ನು ಒಡ್ಡುವುದು
- ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಜೋರಾದ ಶಬ್ದವಿರುವಾಗ ರಕ್ಷಣಾ ಸಾಧನಗಳನ್ನು ಬಳಸದಿರುವುದು
- ಅತಿ ಜೋರಾದ 'ಇಂಪಲ್ಸ್ ಸೌಂಡ್'ಗೆ ಕಿವಿಯನ್ನು ಒಡ್ಡುವುದು

ಪರಿಣಾಮಗಳು

ಜೋರಾದ ಶಬ್ದಗಳಿಗೆ ಕಿವಿಯನ್ನು ಒಡ್ಡುವುದರಿಂದ ಈ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದು:

- ಕಿವುಡುತನ
- ಟಿನ್ಯೆಟಸ್ :ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ 'ಗುಯ್' ಶಬ್ದ ಕೇಳಿದಂತಾಗುವುದು
- ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ
- ಸಂವಹನದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ
- ಕಾರ್ಯಕೌಶಲ್ಯಕ್ಕೆ ತೊಂದರೆ



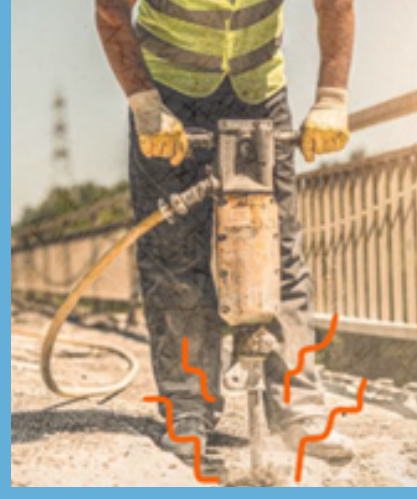
ಹಾನಿಕಾರಕ ಶಬ್ದದ ಮೂಲಗಳು



ಡ್ರಿಲ್ಲಿಂಗ್ ಮಶೀನ್: 90 - 94 ಡಿಬಿಎ



ಪೈಲ್ ಡ್ರೈವರ್: 96 ಡಿಬಿಎ



ರಾಕ್ ಡ್ರಿಲ್ : 98 ಡಿಬಿಎ



ರೈಲ್ ಸಾ : 90 ಡಿಬಿಎ



ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ

- ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಜೋರಾದ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ
- ಗದ್ದಲದ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯ ಪೋಸ್ಟಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತಿರಿ
- ಉಪಕರಣಗಳ ಸರ್ವಿಸ್ ಅನ್ನು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಮಾಡಿಸುತ್ತಿರಿ
- ನಿಶ್ಯಬ್ದವಾದವುಗಳೊಂದಿಗೆ ಬದಲಾಯಿಸಿ
- ನಿರ್ಮಾಣ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಶ್ರವಣ ಸಂರಕ್ಷಣಾ ಸಾಧನಗಳನ್ನು (ಇಯರ್ ಪ್ಲಗ್ ಮತ್ತು ಇಯರ್ ಮಫ್ ಗಳು) ಬಳಸಿ



ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳಿಗೆ :- ಜೆ. ಎಸ್. ಎಸ್ ವಾಕ್ ಮತ್ತು ಶ್ರವಣ ಸಂಸ್ಥೆ , ಎಂ ಜಿ ರಸ್ತೆ ರಾಮಚಂದ್ರ ಅಗ್ರಹಾರ ,ಮೈಸೂರು,
ಕರ್ನಾಟಕ,570004ದೂರವಾಣಿ: 0821-2548229 , ಇಮೇಲ್: jssishjmys@rediffmail.com



WORLD HEARING DAY- 3rd MARCH

Construction Workers, Save Your Hearing!

CAUSES OF HEARING LOSS

- Continuous exposure to **loud noise** over a long period of time, such as noise generated in constructional work
- Not using hearing protection devices (HPD) while being exposed to noise at work
- One-time exposure to a **loud 'impulse sound'**

CONSEQUENCES

Exposure to high level of noise can cause:

- **Hearing Loss**
- Tinnitus: **ringing sensation** in ears
- Physical and psychological **stress**
- **Interference in communication**
- **Reduction in productivity**



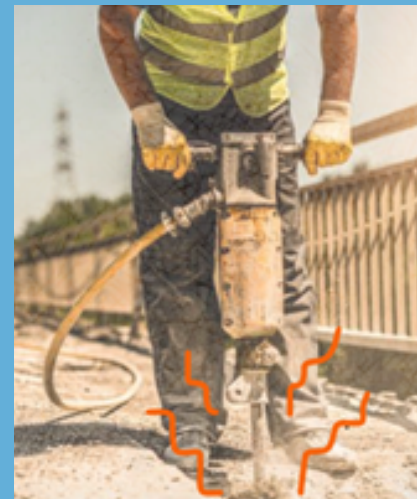
SOURCES OF HARMFUL NOISE



Drilling Machine: 90 - 94 dBA



Pile Driver: 96 dBA



Rock drill: 98dBA



Rail Saw: 90 dBA



PREVENTION

- Use noisy equipment only for **short durations**
- **Rotate posting** of staff in noisy areas
- **Service equipment** frequently to reduce noise produced by them
- **Replace noisy equipment** with quieter ones
- Use **Hearing Protection Devices (HPDs)** in the construction site
- **Ear plugs** and **ear muffs** are types of HPDs

