

## EU\_OPVK\_I/2\_50\_Př8\_Sluchátka a jejich vliv na sluch

Během posledních desítek let se hitem staly přenosné hudební přehrávače, nejdříve walkmany, poté diskmany a nyní už jsou MP3 přehrávače i v mobilních telefonech. I přesto, že se nám poslech hudby může zdát zcela bezpečný, jsou zde znepokojivé studie, o kterých by měli vědět především rodiče dětí v pubertě.

Dnes má prakticky každý teenager MP3 přehrávač a poslouchá cestou do školy, ze školy, doma, v autě... Mladá generace je hudbou posedlá. To jistě není samo o sobě nic špatného, neboť hudba nás dokáže odreagovat a povzbudit. Nikdo by však nechtěl, aby si jeho dítě zničilo sluch.

Výzkumy z posledních let zjistili, že častým poslechem se zhoršuje sluch. Dnešní dvacetiletí, kteří často poslouchali roky hudbu, nejlépe denně, mají sluch srovnatelný s důchodci, kteří hudbu nikdy příliš neposlouchali. Hrozné zjištění! Představte si je poté v 50 letech – žádný sluch.

A co je příčinou? Jsou to sluchátka. Především pecková a nyní ještě více špuntová, která izolují okolní zvuk. Většina posluchačů si pak zvuk zesílí na maximum a to je poté velký problém. Kromě nepříznivého účinku na lidský sluch si tak lze přivodit i smrt. Při silničním provozu je zkrátka velmi nebezpečné neslyšet např. přijíždějící auto.

Alarmující je výzkum, kdy téměř pětina dospívajících dětí v USA trpí nějakou poruchou sluchu. Jako největší příčina se zde uvádí právě sluchátka. Tento nárůst přesně kopíruje rozmach MP3 přehrávačů. Každý by si tedy měl dávat pozor na hlasitost, kterou si přes sluchátka pouští do uší a pokud je to možné, zvolit spíše otevřená sluchátka.

BUĎ ZDRAVÝ : *Sluchátka a jejich vliv sluch.* [online]. 18.9.2011 [cit. 20.13-04-15]. Dostupné z [www: <http://budzdravy.eu/sluchatka-a-jejich-vliv-na-sluch/>](http://budzdravy.eu/sluchatka-a-jejich-vliv-na-sluch/)

**Úkol 1:** Popište své osobní zkušenosti s používáním sluchátek – jaký typ, jak často je používáte, v jakém prostředí, jak hlasitě je máte nastaveny, zda pociťujete nějaké problémy (nahluchlost, bolest hlavy, ...), ...


**Úkol 2:** Shrňte rizika, která nastávají při používání sluchátek.


**Úkol 3:** Napadají vás nějaké další aktivity, které mohou kvalitu sluchu ohrožovat? Napište je.


**Úkol 4:** Sestavte soubor pravidel, jejichž dodržováním se rizika sníží.


**Úkol 5:** Vytvořte návrh billboardu, jehož cílem je varovat před rizikem nevhodného používání sluchátek.