

Helpful Hints for Healthy Hearing

Dangers

Earaches or draining ears may be signs of an ear infection. Warm “sweet oils” may damage the ear and should not be used.



Ear infections may cause hearing loss.

Allergies or a constantly stuffy nose may be related to hearing loss.

Learning and behavior problems may be due to difficulty in hearing.

Removal of ear wax and foreign objects can damage ears. Do not use cotton swabs, toothpicks, hairpins or matches to clean the ear canal.

SEE YOUR PHYSICIAN ABOUT THE ABOVE CONDITIONS.

Preventing Troubles

Never blow the nose violently. Blow it without adding pressure to either nostril and with the mouth open.

Never strike the ears.

Avoid loud noises (loud music, firecrackers, machinery). Wear hearing protectors when around loud sounds.

“Never put anything into the ear canal smaller than your elbow.”

Information

For more detailed information on how to safeguard your priceless gift of hearing, ask your local health unit, school nurse, or other health nurses in your area.

Mail Code 1938
Health Screening and Case Management Unit
Health Screening Group
Texas Department of State Health Services
1100 West 49th Street
Austin, Texas 78756-3190
(512) 776-7420

Consejos útiles para un oído sano



Peligros

El dolor del oído y el escurrimiento del oído podrían indicar una infección del oído. Los “aceites dulces” calientes podrían dañar el oído y no deben usarse.

Las infecciones del oído podrían causar pérdida de audición.

Las alergias y tener la nariz tapada constantemente podrían estar relacionados con la pérdida de audición.

Los problemas de aprendizaje y conducta podrían deberse a dificultades para oír.

Quitarse la cerilla y objetos extraños del oído puede dañar al oído. No use cotonetes, palillos de dientes ni cerillos para limpiar el conducto del oído.

VEA A SU DOCTOR POR LAS ENFERMEDADES ANTES MENCIONADAS.

Cómo evitar problemas

Nunca se suene la nariz violentamente. Suénela con la boca abierta y sin agregar presión a ninguno de los orificios de la nariz.

Nunca se golpee los oídos.

Evite los ruidos fuertes (la música fuerte, los cohetes y la maquinaria). Póngase protectores del oído cuando haya sonidos fuertes.

“Nunca se ponga nada más pequeño que su codo en el conducto del oído”.

Información

Para informarse sobre cómo proteger el oído, consulte a la unidad de salud local, a la enfermera de la escuela o a las enfermeras de su área.