ARBETSMILJÖ · HÖRSELSKYDD

VITS

Sätta in öronproppar

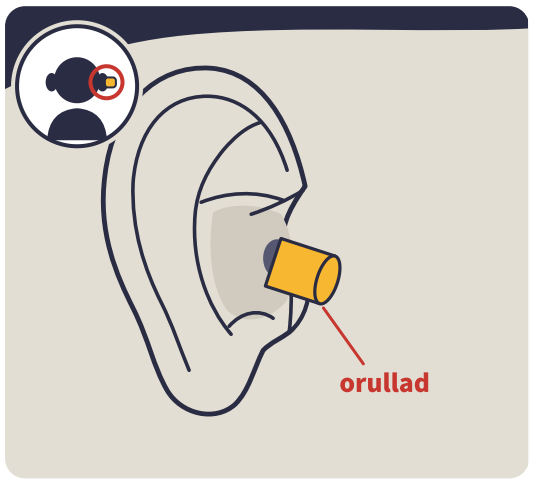
En felinsatt propp skyddar inte öronen, och hörselnedsättning av buller är bestående. **En traktorförare med 38 års yrkeserfarenhet fick diagnosen bullerorsakad hörselskada.**

Möjliga följder

- Varaktig hörselskada
- Tinnitus
- Öroninfektion
- Sämre koncentration
- Yrkessjukdom

PROPPEN INTE RULLAD

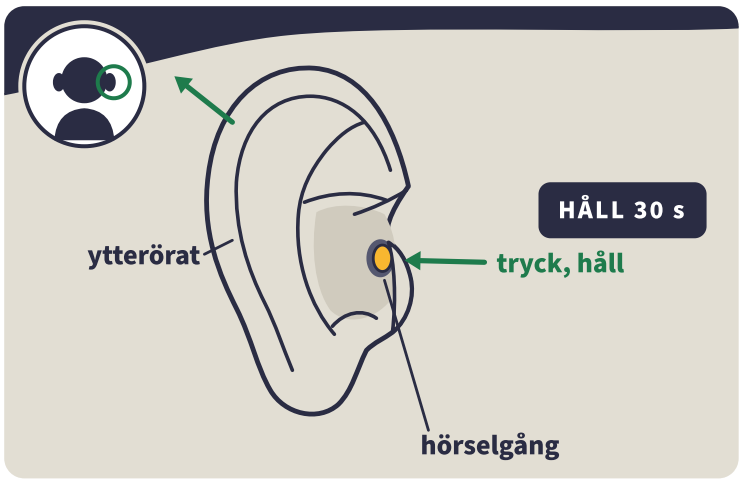
Halvt ute



- Tjock propp går inte långt in
- Proppen ger falsk trygghet
- Bullret når örat

RULLAD, ÖRAT UPPDRAGET

Inne i örat



- Proppen sväller och tätar örat
- Framifrån syns inte proppen
- Örat är skyddat

PROPPEN HÖLLS INTE 30 s

Sticker ut



- Framifrån syns proppen
- Örat är inte skyddat
- Proppen kan falla ut

Vid en bullerexponering på 85 dB(A) eller mer ska arbetsgivaren se till att hörselskydd används. Bilderna visar höger öra från sidan; cirkeln visar huvudet framifrån.

GÖR SÅ HÄR

- **Rulla proppen tunn med rena händer.**
- **Dra örat uppåt och utåt med andra handen.**
- **Tryck in proppen, håll med fingret i 30 sekunder.**
- **Kontrollera att proppen inte syns framifrån.**
- **Håll för öronen: bullret får inte ändras.**
- **Bär proppar under allt bullrigt arbete.**
- **Om proppen åker ut, sätt i en ny direkt.**
- **Passar de inte, tala med arbetsgivaren.**

GÖR INTE SÅ HÄR

- **Gå inte in i skyltat hörselskyddsområde utan skydd**
  Där är bullernivån 85 dB(A) eller högre.
- **Tro inte att kortvarigt buller är ofarligt**
  Redan några minuter av kraftigt buller kan skada hörseln.
- **Tro inte att öronen vänjer sig**
  Skadan kommer gradvis och går inte att bota.
- **Återanvänd inte engångsproppar**
  Smuts från händerna kan ge öroninfektion.
- **Använd inte någon annans proppar**
  Andras proppar kan ge öroninfektion.
- **Ignorera inte tinnitus**
  Det kan vara det första tecknet på hörselskada.
- **Hoppa inte över hörselkontrollen**
  Du märker själv hörselskadan först sent.

KOM IHÅG

Rulla tunt. Dra i örat. Håll kvar.

vits.ee