



حماية السمع والإبصار من التأثيرات المزعجة

♥ لحماية العين **حاسة البصر** يجب :

- تجنب الضوء الساطع .
- عدم الجلوس قريب جدا من جهاز التلفاز أو الحاسوب .
- ارتداء نظارات شمسية .

♥ لحماية الأذن **حاسة السمع** يجيب :

- تجنب تنظيفها بأشياء حادة .
- تجنب التعرض إلى الضجيج المرتفع والأصوات الصاخبة .
- ويجب زيارة الطبيب المختص بصفة دورية.