**Почему опасно давать другим послушать свои наушники-вкладыши?**

Мало кто решится почистить зубы чужой щёткой или воспользоваться мочалкой, принадлежащей другому человеку. Известно, что эти предметы, как и бритвы, маникюрные ножницы и полотенца, являются средствами индивидуальной гигиены. К числу вещей, которыми не стоит делиться с окружающими, следует отнести и наушники, особенно наушники-вкладыши, которые вплотную соприкасаются с ушной полостью.

Запомните: наушники — отличный переносчик болезнетворных организмов, которые опасны для здоровья.

Это звучит противно, но ваши вкладыши могут стать неплохим рассадником и для тараканьих яиц. Если у товарища дома есть пара усатых друзей, о чем он может даже не знать, велика вероятность, что вместе с наушниками он отдаст вам и плоды их любви. Это мерзко.

Но куда опаснее именно для вашего здоровья — ушной грибок, который по статистике встречается у 7% людей на планете. Не думаю, что эту цифру стоит увеличивать собой.

Серные массы, которые скапливаются в ухе, создают резко кислую среду. Такие условия практически не позволяют развиваться инфекциям. Но в ушах может образовываться грибковая флора. Передача грибка от человека к человеку как раз и может происходить из-за пользования одними наушниками. Лечение грибковой инфекции – процесс очень долгий и сложный, тем более, что лекарственные препараты, применяемые для лечения совсем не безобидны для нашего организма!

Еще вместе с наушниками вам могут вернуться грипп, а также стафилококки или стрептококки, которые отлично чувствуют себя в ушной сере. Последняя пара встречается почти у каждого человека, но не причиняет вреда из-за выработавшегося иммунитета. Но у этих бактерий много видов, которые не нужны в ваших ушах.

Наушники-вкладыши — довольно опасный предмет для здоровья ушей. Как и беруши, они спрессовывают серные массы, которые проникают в ухо всё глубже и глубже, блокируя слуховой проход. Так как человек не может самостоятельно вытащить эти серные пробки, следующим шагом становится воспаление уха и нарушение слуха.

Я призываю вас не только не давать свои наушники кому-либо, но и не просить их у друзей! Вы же не меняетесь зубными щетками и не носите грязные носки даже после близких знакомых — с наушниками такая же история.

**Единственное исключение** — родственники. Если вы живете вместе с женой и детьми, родителями и так далее, можете смело доверять им свои наушники.

Да, у них в ушах точно не меньше жителей, но в бытовых условиях вы и без того давно успели обменяться с ними всеми возможными болячками. Скорее всего, вы даже просто вытираете руки одними и теми же полотенцами, поэтому дополнительно переживать не стоит.

**А что, если ваши наушники попали в чужие уши?**

Можно **обработать их спиртом** или хотя бы просто протереть спиртосодержащими салфетками. Это убьет большинство болезнетворных микроорганизмов. Тем не менее, это на панацея, ведь некоторые виды стафилококков и стрептококков не боятся спирта и спокойно переживают даже температуру выше 150 градусов по Цельсию. Лучше не рисковать.

Мы привыкли надеяться на «авось пронесет», но эта традиционная русская забава срабатывает далеко не всегда. Лучше просто берегите себя!

Подготовила Надежда Защеринская, инструктор-валеолог