

# ד.י.מ. יעוץ ופיתוח ארגוני



ת.ד. 71, כרמיאל, 21610  
טל: 04/9886027 פקס: 04/9082336

## המלצות לשימוש באטמים ספוגיים - דר' נתן עמית

1. וודא שדייך והאטמים נקיים בטרם השימוש באטמים.
  2. גלגל בין האצבעות את האטם לכל אורכו בצורה אחידה, עד לקבלת גליל דק ככל האפשר – ללא קימוטים וקפלים.
  3. ביד הנגדית לאוזן, משוך את קצה האפרכסת למעלה והצידה.
  4. במקביל למשיכת האפרכסת, הכנס במהירות את האטם **עמוק** לתעלת האוזן.
  5. לחץ על קצה האטם, הפסק את משיכת האפרכסת והמתן כ- 30 שניות. האטם יתרחב וימלא את תעלת האוזן.
  6. במידה והאטם הוכנס נכון, עליך להרגיש אטימות (ואקום), ושמיעה מופחתת של קולות.
  7. אם לא הושגה תחושת אטימות, יש להוציא את האטם ולחזור על הפעולה.
- אין לתקן את האטימה ע"י סיבוב האטם בתוך האוזן!**
8. אם נחלשה תחושת האטימות עקב דיבור, לעיסה ועוד, הוצא את האטם וחזור על הכנסת האטם אל תוך האוזן.
  9. יש לשמור על ניקיון האטמים. ניתן לנקות את האטמים באמצעות מים ומעט סבון.

אם האטם לא מתפשט במהירות (תוך 30 שניות, לכל היותר), יש להחליפו.  
**אטימה בלתי מושלמת, או שימוש חלקי באטמים – בעת החשיפה לרעש, כאילו לא היה שימוש במיגון אוזניים.**



יעוץ ופיתוח ארגוני

מוגש כשרות ע"י  
ד.י.מ., יעוץ ופיתוח ארגוני  
ימי עיון, סדנאות, הכשרה והשתלמויות  
ת.ד. 71, כרמיאל, 21610

טל: 04/9886027 - פקס: 04/9082336 - נייד: 050/5365980

[www.dym.net/training](http://www.dym.net/training) [training@dym.net](mailto:training@dym.net)

המובא במאמר זה מהווה המלצה בלבד, ועל הקורא לוודא את נכונות הפרטים ועדכונם. מכון דימ מסיר כל אחריות מהשימוש שיעשה בתוכן המאמר. במקרה של סתירה בין המקורות, החוקים, התקנות והתקנים הם הקובעים.

[training@dym.net](mailto:training@dym.net)

[www.dym.net/training](http://www.dym.net/training)