

视频预告

低噪音:办公室的“隐形杀手”?

你的办公室还有哪些“健康杀手”?你觉得办公室的哪些问题影响到你的健康?快报的寻找办公室的“健康杀手”报道刊出后,不少读者参与进来,并提出了自己的担心:办公室低噪音会不会危害健康?记者昨天采访了南京地区的相关专家。

办公室里低噪音,难受!

读者“双鱼座”在www.lifenanjing.com.cn论坛·都市联盟·革命本钱留言说:我们是搞技术的,办公室里人手一台电脑,人多、电脑多、还有传真机、复印机、空调,每天感觉办公室里总是发出一种“嗡嗡”的声音。不知道这个是不是办公室的“健康杀手”?经常在这种环境下,对人体有危害吗?

而和这名读者持有同样想法的并不少,秦小姐在一家大型企业负责文秘工作,她的大办公室里,可谓是“五脏俱全”,电脑、打印机、复印机、空调等电器齐全,而且不止一台,上班的时候还感觉不到噪音,中午在办公室休息的时候,她就感到这些电器的噪音比较明显,影响了她的睡眠;有时正在工作时,她一听到这些电器的声音时,她就会感到心烦气躁。

低噪音成“隐形杀手”?

办公室噪音主要来源于电脑主机、传真机、空调机等

的送风声以及室外的交通噪音等。有报道称,长时间处于办公室的低噪音环境中,人们会出现慢性听力下降、情绪烦躁等问题。而且,这种低噪音给人体带来的伤害不亚于高频噪音,尤其是在电脑较多但面积不大的办公场所中,其污染和危害更为严重。

门诊:还没遇到确诊病例

针对办公室的噪音危害,记者采访了南京地区的部分医学专家。听力国际副主席、江苏省人民医院耳鼻喉科主任医师卜行宽教授介绍,一般认为,如果噪音比较大,超过90分贝就会损害听力,像放鞭炮等都会对听力有影响;但办公室的这些低噪音影响听力的确诊病例在门诊上还没有遇到过。

专家提醒:长时间在办公室工作的人,如果无法改变工作环境,可以戴上耳塞工作,并且在工作、学习一段时间后远离噪音,到户外适当地活动、放松一下。

实习生 蒋振凤 快报记者 张星

你的办公室还有哪些“健康杀手”?你觉得办公室的哪些问题影响到你的健康?请登录www.lifenanjing.com.cn论坛·都市联盟·革命本钱留言。我们将请专家一一解释。

寻找办公室

de“健康杀手”

昨天,南京首例骨关节炎患者接受臭氧治疗 记者亲历臭氧治病

臭氧,这个保护地球以隔离太阳紫外线的气体,正被一些医生赞扬为一种能解除痛苦的特效药。昨天下午,医生在76岁的陈奶奶的右膝关节注射了40毫升的臭氧。负责治疗的南京鼓楼医院专家说,这种治疗方法还是首次在南京使用。

老人:“我的膝盖里面难道缺氧啊?”

昨天下午,家人用轮椅推着76岁的陈奶奶,走进了鼓楼医院镇痛科的治疗室,镇痛科副主任医师陆丽娟已经做好了臭氧治疗的准备。记者看到,在治疗床边放着一台像冰箱一样的机器,陆丽娟说:“这是医用臭氧发生器,臭氧就是在这里利用高压放电生成的。”

在医护人员的搀扶下,陈奶奶皱着眉头从轮椅上躺到了治疗床上,三年的骨性关节炎,已经让她的膝关节严重变形,“现在我是这一步都不能走,一下地站着腿就疼。”当她得知这次治疗是朝她的膝盖里面注射臭氧时,陈奶奶不解地问:“我的膝盖里面难道缺氧啊?”在场的医生笑了,告诉陈奶奶:“不是缺氧,是把臭氧打进去,来消炎治疗。”陈奶奶似懂非懂地点点头。

距离10厘米就把医用橡胶手套打个洞

在给陈奶奶进行了局

部麻醉后,陆丽娟就用针筒抽出了20毫升的臭氧,为了试试针筒里的臭氧浓度,一名医生先举着一个医用橡胶手套,陆丽娟把针筒朝着医用橡胶手套按压了一下,虽然距离手套还有10厘米的距离,但这个非常结实的医用橡胶手套顿时出现了一个洞。“这是因为臭氧有非常强的氧化作用,对于橡胶手套这样的物体,可以很快腐蚀掉。”陆丽娟解释道。

具有如此强的氧化作用的臭氧,注入人体后,会不会也把人体的器官和组织、关节腐蚀掉?对于记者的这个疑问,陆丽娟说,这个不用担心,臭氧具有极强的氧化作用,对各种致病微生物有很强的杀灭作用。但臭氧对肌肉组织、神经组织却不会产生腐蚀作用;另外,臭氧是很活跃的化学物质,在注入关节腔后很快分解,20分钟以后就会逐渐还原为氧气,因而不用担心臭氧长期残留造成伤害。

治疗结束两分钟,感觉不像以前那样疼了

开始注射了。陆丽娟先

通过细小的针头,把20毫升的臭氧缓缓推进了陈奶奶右膝关节的外侧,一边推着一边问着陈奶奶的感受,刚开始时,陈奶奶还说着“疼”,一分钟后针头拔出,陈奶奶慢慢地活动着右腿,“好像不怎么疼了。”她说。陆丽娟说,这是臭氧在关节内发生作用的原因。臭氧能缓解大多数慢性关节病患者的疼痛,经穿刺针注入臭氧产生了所谓“化学针刺”的效果,通过激活疼痛感受抑制机制,从而刺激抑制性中间神经元释放脑啡肽而镇痛。

随后,陆丽娟又在陈奶奶右膝关节的内侧注射了20毫升的臭氧。治疗结束两分钟后,陈奶奶缓缓地治疗床上下来,没有用轮椅,她站立着,并试着走了几步,“不像以前那样疼了。”她高兴地说。陆丽娟说,目前国内有些大城市已经在使用臭氧来治疗椎间盘突出等病症,这次他们使用臭氧来治病,在南京还是首次。

实习生 蒋振凤 快报记者 张星

健康前沿

肾炎患者多是累出来的

快报讯(通讯员程守勤 实习生蒋振凤 记者张星)昨天相关报道说,“陶红拍戏累出肾炎”,不少平时比较紧张忙碌的人对自身的健康状况表示担忧,肾炎与疲劳究竟有多大关系,如何进行防范?中大医院肾脏科博士生导师刘必成教授昨天进行了详细介绍。

刘必成说,根据临床接诊的慢性肾炎患者的情况来看,有70%左右的肾炎病人发病与长期的过度劳累有关。无论是影视明星、主持人,还是普通大众,过度劳累都是引发肾炎的重要诱因之一,因为在疲劳状态下容易导致上呼吸道感染、腰酸背痛、腿肿、眼睑浮肿、蛋白尿,甚至导致血压升高、头晕等,最终发生肾脏损害。

据介绍,肾炎是一种临床上十分常见的疾病,对于工作紧张、易出现疲劳的人员来说,一旦出现腰酸背痛、尿中泡沫增多且不易消退、血尿、眼睑或下肢浮肿、头晕等可能损害肾脏功能的情况时,要迅速采取措施,及时到正规医院就诊,以免小问题拖成大毛病。

南京·健康

南京·学堂

南京·街区

Century 21 选择家 选择专家! 21世纪不动产——1971年成立于美国加州,拥有35年的悠久历史,是全球最大的房产综合服务提供商,在全球42个国家与地区拥有超过8000多家连锁店,经纪人数达11300名... www.c21nanjing.com.cn

Table with multiple columns: 房屋地址, 价格, 面积, 楼层, 套型, 备注, 电话. Lists various real estate listings across different districts like 鼓楼区, 江宁区, etc.

好推 房荐 江北 扬子十二村 54.8m² 1/6 2室1厅 16.9万元 江北 新城逸境 135m² 19/20 3室2厅 140万元(含税)