

今年3月3日是第十个全国“爱耳日”,宣传主题是“正确使用助听器”

鞭炮对耳朵伤害比噪音大得多

如果将24常常听成20就要看医生了

“我们在秦岭山区进行过调查,那里没有噪音等污染,但是很奇怪的是,人的听力还不如南京等大城市的好”,鼓楼医院耳鼻喉科主任高下告诉记者,鞭炮等突然的强烈声音冲击,对人的听力影响是非常大的,特别是儿童。今天是全国爱耳日,专家透露说,如果将“24”经常听成“20”,就是听力损伤的早期症状,需要赶紧就医。



漫画 俞晓翔

无噪音的地方听力并不好

“我们抽取了生活在无工业噪音污染的陕西省秦岭山区300位当地居民”,高下介绍说,应该说,这些人几乎终身没有机会接触持续性噪声或者其他脉冲噪声,听力按理说是非常好。但通过走访和调查,发现一个很奇怪的现象,那就是很多被调查者的听力呈现早期损伤的迹象,通过一系列的比较,那里居民的听力没有大城市的居民好。究其原因,最大的可能就是鞭炮声的“杀伤力”,那里的人们在婚嫁娶和逢年过节或者举办重要活动时,都喜欢将成捆的鞭炮放在几个不同部位同时点燃,特别是男孩更喜欢靠近这种爆炸源。值得注意的是,偏远地区女性儿童听力明显优于男性,几乎没有听觉损害,就是因为女孩很少亲自燃放鞭炮,看热闹时也会自觉地用手堵住外耳道口。而男孩子往往直接面对鞭炮高频率的冲击,耳朵就容易受损。实验结果证明:鞭炮等脉冲噪声要比持续性噪声对人耳的危险性和损害性要大得多。这些强噪声来得十分迅猛,人耳没有机会对此做出反应。

射击运动突然听不到声音

江苏省人民医院医生,前天接诊了一名受“脉冲式”噪音损害的年轻人,所不同的是,鞭炮换成了枪声。今年21岁的小林是一名优秀的射击运动员,大约一年前,他感觉有几次练习结束后左耳会发生长时间耳鸣的情况。教练表示大部分射击员练习完后都会出现这种情况,过一段时间就好了。可是前天小林射击练习结束后却发现,自己已经听不清站在自己左侧的教练说什么。就诊后,小林才知道,常年接受射击训练产生的脉冲式噪音的损害,加上没有及时就医,他左耳听神经的毛细胞已经受到严重损害,无药可治,不仅运动生涯可能结束,而且需要终身携带助听器。省人民医院耳鼻喉科卜行宽教授十分痛心:“如果小林发生耳鸣情况后就及时就诊或者及时意识到每个人的耐受性不同而加强防护措施,或许他就不会发生这么严重的听力损害了。”

把24听成20就要注意了

“听力丧失的原因主要包括遗传、老年性聋、环境因

素如鞭炮、娱乐、工业造成的噪音、耳科疾病如中耳炎、先天性畸形,药物中毒性耳聋等。除了老龄化的因素外,许多诱因是可以预防的。”卜行宽教授介绍,目前随着科学研究的进步,基因检测法可以帮助大部分人群尤其是新生儿以及药物性耳聋的患者能够快速、准确地检测出致聋的几率,并帮助医生做好相应的预防、治疗或康复工作。举例来说,在历经20余年开展的遗传性耳聋大家系研究中,通过对家族基因的跟踪研究,他们发现有个家族对某些药物敏感的基因,随后对家族人群开展了宣传和预防,所以在这个家族的新生代中就没有再发现耳聋患者。

表示听力不正常的症状有:接电话困难,听不清,接电话时两只耳朵听到的声音不一样大;听见但是听不清楚话语内容,请对方重复说过的话;常曲解别人的话;喜欢将头转向讲话者或者扬声器;开大电视、收音机、音响的音量;有意避开讨论会;时常出现耳鸣;对4、7、9等高频数字难以听清;经常将24听成20。通讯员 刘宁春 吴倪娜 快报记者 刘峻

佩戴助听器要趁早

听力障碍人士什么时候佩戴助听器最佳?有关专家给出了一个答案:越早越好。浙江民政康复中心医教科科长、副主任医师施卫东建议,在确认治疗无效的情况下,要尽早佩戴助听器。特别是小孩,否则会影响孩子的语言发育,时间长了,孩子会变成哑巴,成为又聋又哑的人。

助听器不是随便戴一个就好,选用时一定要到正规的医院或是民政部门的康复中心去,最好选择国际知名品牌,低档的助听器反而对听力有损害。

助听器的佩戴也不是随便戴上就行,这也有学问。佩戴助听器有一个适应的过程,基本上要一个月才能够适应。由于听障人士长期处在无声世界或很安静的状态,刚开始戴上会嫌吵,不习惯,需要克服抵触、畏难情绪。佩戴时首先可以先在家里或者比较安静的情况下佩戴。在这段时间可以学习使用方法,比如按钮的调节等;二是感觉不舒服的时候就摘下来,不要整天都戴着,慢慢习惯到每天都戴;三是刚开始戴时声音可以调节得小一点,从小到大,逐渐调整自己适应的最佳状态。 新华社

专家提倡使用绿色环保手机

听力与语言是人类相互交流和认识世界的重要手段,然而,耳病和听力障碍的阴霾却困扰着人类。今年的爱耳日我们需要做些什么样的提倡?专家指出,在手机使用频率越来越高、使用者所受辐射越来越多的现状下,拥有一部低辐射、使用环保的手机正成为许多人不约而同的选择。中国电信相关人士表示,“天翼”与人们追求绿色环保的生活标准不谋而合。由于CDMA基站和手机发射功率较低,因此,天翼手机不仅对健康没有危害,而且因其通话时间大大延长,使得电池、话机的寿命也相应地延长,对环境起到了保护作用,同时在某种程度上对我们的耳朵也形成了一定的保护作用。据环保部门检测,天翼手机电磁辐射仅为0.006微瓦/平方厘米,远远低于我国《电磁辐射防护规定》限定的标准。因此天翼手机也被称之为“绿色手机”“环保手机”。 快报记者 徐勇

伏案三小时 肌肉就撑不住了

你一天伏案工作大概要多长时间?也许平均是4个小时,但是你可能不知道的是,坐了3个小时左右,肌肉的疲劳已经达到了极限,过了这个时候,人对疲劳已经“麻木”,往往说明肌肉已经有了损害。

坐久了,颈椎肩膀最难受

南京体育学院运动医学教研室的孙娜、张爱国等专家,近日向社会发放了近400份调查问卷,在回答“伏案工作多长时间会感觉到累”这个问题时,34.9%的人选择了4个小时。张爱国征集了50名身体健康的男性大学生,让他们连续写字或者玩电脑4个小时,其间机器一直会测量他们的大脑供血和身体受力的情况。专家告诉记者,参加实验的人,还都是采用了标准坐姿,也就是正确的坐姿,都连喊吃不消。参加调查的人说,如果时间坐得长,感觉最不舒服的就是颈椎和肩膀。

三块肌肉最容易受累

专家进行了监测研究,结果不出所料,实验结果显示,在

实验者伏案工作1小时后,身体给大脑的供血开始不断下降,出现头晕、眼花、心悸、乏力、手足麻木等不适的症状。

如果说这些症状有些年轻人还感受不到,那么肌肉的酸痛感觉几乎所有人都感觉非常明显。当实验者伏案到第三个小时的时候,机器测试到人体肌肉紧张度达到最高值。其中受力最严重的是三块肌肉,分别是左侧的胸锁乳突肌,也就是人左侧颈部一块长条形的肌肉,还有左侧腰部的背阔肌和右大腿的内侧股二头肌。有趣的是,三个小时后,人体似乎出现一种耐受,渐渐“麻木”了。专家告诉记者,这往往也是最容易麻痹人的,以为不累了,但实际上,肌肉已经持续出现一定程度的劳损。

专家提醒,伏案工作者如果做不到1小时活动一次,也至少要在三个小时内活动一下,活动时特别注意动动左侧颈部、腰部和右大腿,这样才能有效缓解伏案带来的疲劳,把对身体的损伤降到最低。 快报记者 刘峻

为女儿洗内裤会传染丙肝吗

“我女儿才15岁就得了丙肝,我给她洗内裤会传染吗”“医生,别写我儿子名字,他对自己得了丙肝很敏感”……昨天,八一医院南京军区肝病研究所所长、著名肝病专家汪茂荣教授的丙肝讲座及该院的丙肝义诊吸引了100多人前来参加,但有三分之一的人都是爱人和父母代替丙肝患者来听课就诊的。专家提醒,丙肝发现得早完全可以治愈。

洗内裤会传染丙肝吗?

15岁小艳(化名)不知道为什么患上丙肝。“女儿在家很乖,输血、打耳洞、吸毒、纹身、修脚等等一切和丙肝相关的行为和她都不沾边,一家人怎么也弄不清楚孩子是怎么得病的。”昨天这位妈妈也是代替女儿来咨询。“女儿已经来例假,内裤是我帮她洗。有时候,内裤上会有血,这会传染吗?洗衣服的时候需不需要分开?”面对这位妈妈的问题,八一医院南京军区肝病研究所隋云华主任医师告诉她,只要自己的手是完好的,没有伤口就不会传染,一般的生活接触不会传染丙肝,丙肝主要通过血液传播。

父亲匿名替儿子咨询

“病人姓名?”“医生我看

就不要写了,我儿子最怕别人知道他患了丙肝。”昨天一早,八一医院肝病中心主任医师高蕾就遇到好几个这样“代咨询”的。

这位老父亲的儿子30多岁,在一家民营企业上班。老父亲说儿子是在一次街边小门诊洗牙不幸感染了丙肝。儿子知道自己得了丙肝后,就一直很消沉,渐渐刻意疏远了朋友,找女朋友结婚的事情也提不起精神来……久而久之,性格开朗的儿子变得沉默、敏感。今年1月1日,丙肝被列入医保门诊后,原本看病可以省很多钱,但办理这种医保需要单位盖章,儿子一听就不乐意了,宁愿自己每个月花几千块钱吃药,也不愿意入医保,就怕单位知道丢了饭碗。

别忽视没症状的丙肝

专家介绍,与乙肝相比,丙肝最初症状明显要轻,发展成为肝癌的时间要慢,但几率却是乙肝的三倍。因此早发现、早治疗是丙肝防治的关键,丙肝发现得早完全可以治愈。丙肝最常见的传播途径是输血、使用血制品,以及使用被病毒污染的医疗器械。与丙肝患者共用剃须刀、牙刷,有过不洁性生活史、纹身、文眉、穿耳洞等,都可能感染丙肝。 通讯员 崔婧

快报记者 安莹

MP3不离身 20岁的人50岁的听力

快报讯(通讯员 赵静 杜思 记者 张星)大三学生小李最近常常被亲友和同学认为反应变迟钝,因为别人喊他时,他总是不回答。苦恼的小李告诉医生,“并不是我不愿意回答,是我根本就听不清。”由于听不清,他说话的嗓门最近也变大了。医生检查发现,小李的鼓膜好好的,也没有中耳炎。但是做了听力测试后发现,他的听力已经退化了,像四五十岁人

的听力。而导致他听力下降的“罪魁祸首”,就是因为他整天MP3不离身。医生还告诉他,现在被MP3削弱听力的年轻人越来越多。

中大医院耳鼻喉科主任黄志纯说,门诊时经常会遇到听力下降明显的高中生、大学生及其他职业青年,近年来这样的病人还不断增多,最直接的原因就是长时间使用MP3。几家大医院的专家昨天介绍,一些现代生活方式引

起的听力损伤和耳聋,已成为影响都市人健康和生活质量的严重问题。由于城市噪音污染、手机、MP3等电子产品的泛滥、经常去酒吧等,中青年当中听力损失的比率远远超过老年人。有个十二三岁的孩子就出现了耳鸣,有些年轻人到酒吧玩了一夜,第二天就感觉听力下降,严重者出现暂时性失聪。这都是由于外界声音分贝较大,使听神经受到损伤。

聘:收银、服务员

皇氏温泉

全新装修
特色服务
全场新人新环境

免费停车,水果,茶水,饮料,擦鞋

地址:广州路209号 电话:83750807

日夜服务

阔歌阁温泉

NEW 特聘专员 赴韩学艺 归来
最新推出多款个性洗浴

韩版 香薰木桶浴
原价138元 体验价98元

享受★贵宾★待遇

聘:技师、服务员

升州路1号钱塘人家大酒店四楼 服务热线 85011988 85011999