

## 长治医学院附属和济医院

家人是否常抱怨,你将电视机或收音机音量调得太大,或者,你常觉得其他人说话喃喃、咬字不清,常要别人重复说话才能明白?请警惕,你可能存在听力损失!这是为什么?又该怎么办呢?

# 实现主动健康从此刻做起

本报记者 王晶晶

耳朵是我们聆听世界的窗口,甜言蜜语、鸟语虫鸣、美妙音乐、山呼海啸……听力健康与每个人的幸福生活息息相关,听力障碍会严重影响社会交往和生活质量。听力损失不仅影响儿童听力言语的发育,影响青少年的学习、生活和社会融合,影响中青年听力损失者的就业和沟通障碍及情绪,也造成老年人社会隔离感和认知功能的下降等。

值此“全国爱耳日”,长治医学院附属和济医院耳鼻咽喉头颈外科主任任何贤就科学爱护“小耳朵”这一主题进行了详细解读。

### 早干预、早治疗让儿童聆听精彩未来

三岁前是儿童听觉发育关键期,也是治疗听力障碍的重要时期,早筛查、早发现、早治疗,可使存在听力障碍的儿童尽可能恢复听力。

随着我国新生儿听力筛查的普及,先天性听力损失的确诊时间提前到了6个月以内。但仍有不少孩子出生时听力正常,在成长过程中因为遗传因素、耳部感染、病毒感染、噪声暴露等出现听力损伤,也叫“迟发性听力损伤”。“迟发性听力损伤”具有较强的隐匿性,尤其是还不会说话的婴幼儿,更不容易被发现,往往导致孩子未能在第一时间得到有效治疗和听力干预。

儿童是祖国的未来,是家庭的希望,如何才能让孩子拥有健康的听力呢?

任何贤提到,除了孕期预防外,对于新生儿、婴幼儿以及儿童期出现的各种疾病应该积极治疗,特别要注意黄疸的发生、合理应用抗生素、及早治疗中耳的一些炎症,避免在中耳感染的基础上带来一些听力损失。

同时,家长也应在日常生活中注意儿童耳道护理和中耳炎的防治。任何贤表示,儿童中耳炎最多见的是分泌型中耳炎,即所谓的无菌性感染,由于气压的问题、调节的问题,有渗出。一旦出现这种情况要及时就诊和干预,家长应带孩子进行正规处理和

治疗。在清理儿童耳道分泌物时,任何贤提醒,要分不同情况,婴幼儿由于出生之后有胎脂,会有一定程度的盯聆,这时候家长能看见清理一下即可。如果耳道比较狭窄,或者是自己看不清楚的地方,建议到专业医院,找耳鼻喉科医生来进行清理为好。对大一点的孩子,由于其外耳道稍微宽大一点,家长可以用小的棉签做一些简单的清理。

### 中青年人群做好健康管理预防听力障碍

面对中青年人群,减少包括电子设备在内的环境噪声对听力健康的影响至关重要,如今人们对电子设备过于依赖,许多人一整天都戴着耳机,尤其在环境嘈杂的情况下还会调大音量,殊不知耳朵长时间暴露在噪声中正是听觉能力下降、听力障碍发生的诱因之一。

对此,任何贤提醒,青少年在戴耳机的时候要注意“两个60”,即60分贝、60分钟。很多研究结果都表明,耳部对噪声的承受力是非常有限的,需要在早期进行保护。

于中青年人而言,“耳目聪明”应当是生活的标



手术诊疗操作



眼震电图检查

配,但由于学习工作压力大,或是长期熬夜,作息紊乱等,反而更容易出现各种原因的听力下降,所以也应当注重保护听力。任何贤建议,平时尽量避免接触各种噪音,特别是已经有听力损害的患者。长时间接触机器轰鸣、车辆喧闹、人声喧哗等噪音,会使听觉系统变得更容易疲劳,甚至会出现急剧地听力减弱。平时放慢生活节奏,保持良好心态,保持健康饮食,避免情绪过于激动和紧张,适度运动,都会对听力健康带来益处。部分也可能会罹患上耳鸣、突发性耳聋之类的疾病,不需要紧张,但要注重早期的及时治疗。

### 老年人听力下降不容忽视

在我国,中老年群体是听力障碍和听力损失人群的主体。生活中,很多老年人对听力下降这件事并不在意。在此任何贤提醒,老年人突发性耳聋需及早治疗,治疗及时78.1%有可能改善听力。如果老年人的听力是逐渐的、台阶式的下降,也要积极干预。

如果老年人听力损失了,治疗与干预方法有哪些?任何贤表示,治疗老年人听力下降有三种办法,分别为药物、助听器和人工耳蜗。如果老年人听力急性损伤,也就是突发性耳聋是可以治疗的。

在老年人在选购助听器方面,他建议,应由专业机构来验配,根据听力状况来选择不同的助听器,也可以通过调试,使老人听得更好。当很多老年人到了重度、极重度甚至全聋,生活质量已经很差,不能进行有效沟通时,可选择做人耳蜗植入术。

任何贤说:“在临床中,我们发现,戴助听器后患者听力与认知的下降减缓,言语测听检查可见言语识别度好转,对语言理解识别能力有所提升,纯音测听显示听力状况好转,保护残余听力。”

同时,他还积极倡导主动关注耳健康,同时加大向公众普及听力健康科学知识力度,提升人们对听力技术的认知水平。特别是老年人需要不断转变思想,认识到“听力保健是健康生活的重要组成部分”。



接受现场咨询

## 科室概况

长治医学院附属和济医院耳鼻咽喉头颈外科是全军耳鼻咽喉头颈外科中心医联体单位、首都医科大学附属北京同仁医院全国耳鼻咽喉头颈外科联盟科室、山西省耳鼻咽喉头颈外科联盟单位;中国激光巡航者联盟单位;山西省医师协会耳鼻咽喉医师分会临床解剖培训基地。目前拥有耳鼻咽喉综合治疗台(韩国)、鼻内镜系统、电子鼻咽喉镜、纯音听阈仪、声阻抗仪、脑干诱发电位仪、鼻科、耳科动力系统、可调支撑喉镜等离子射频消融治疗仪、CO<sub>2</sub>激光系统、全自动喉镜洗消仪、耳鸣康复治疗仪、鼓膜按摩治疗仪、耳部电离子治疗仪、咽部康复治疗仪、鼻腔冲洗治疗仪、鼻窦置换治疗仪等先进设备。



任何贤  
学科带头人,副教授、耳鼻咽喉头颈外科主任



韩建军  
主任医师



宋建春  
副主任医师、耳鼻咽喉头颈外科科室副主任



张鑫  
副主任医师、耳鼻咽喉头颈外科科室副主任



王芳  
副主任医师



郭昱  
主治医师