



3月3日是全国第23个“爱耳日”,关爱听力健康需科学维护——

# 爱耳护耳,聆听有声有色世界

今年“爱耳日”活动的主题是关爱听力健康,聆听精彩未来。

## 围绕爱耳护耳做工作

桌上摆放好4张卡片,老师大声说出一句话,让听障儿童琦琦(化名)找出相对应的那张卡片。1日上午,南通星辰儿童康复中心一间小教室里,教学督导张冬梅为一名听障儿童做听觉辨识和语言清晰度评估。

南通星辰儿童康复中心创办于2013年年初,是市残疾儿童康复定点机构,为来自全国各地的孤独症、听障、唐氏综合征、智力障碍、发育迟缓、语言障碍等特殊儿童提供早期干预与康复训练。每周一至周五,20多名听力障碍儿童在此接受听觉言语训练。

张冬梅介绍,听障儿童康复训练内容主要分为:听觉察觉、听觉分辨、听觉辨识、听觉理解四大模块。在做训练前,老师都会为听障儿童做一次听力言语评估,经过评估后制定未来3个月的康复教学目标,这样能针对性地制定康复教学目标。

“全市从事听障儿童听力语言训练的康复机构共有近20家,其中市区有7家。”市残联康复处处长顾建新介绍,我市残疾人总数达53万人,其

中,听力残疾人达15.94万人,占比30%。近年来,我市各有关部门围绕爱耳、护耳做了大量工作,使1万多名听力残疾人得到不同程度的康复,其中0岁至14岁残疾儿童康复效果显著。

## “冬残奥精彩,我听得到”

北京2022年冬残奥会将于3月4日至13日举行。本次冬残奥会将设置轮椅冰壶、残奥冰球、残奥越野滑雪、残奥冬季两项、残奥高山滑雪、残奥单板滑雪等6个大项78个小项的比赛。我国将参加北京冬残奥会全部6个大项的比赛。

第23个全国“爱耳日”宣传口号中有一句为:“冬残奥精彩—我听到”。为迎接北京2022年冬残奥会,南通特殊教育中心举办迎接北京冬残奥会系列活动:盲部组织学生学唱主题歌曲《一起向未来》;聋部组织学生开展“童心向未来,我爱冬残奥”手抄报活动;培智部组织学生开展“我爱中国红,我画雪容融”绘画展示。

聋部七年级学生胡晨峰精心创作了一幅手抄报,迎接北京冬残奥会。他佩戴人工耳蜗,能与人交流。胡晨峰表示,开赛后会一直关注中国残疾人运动员的成绩,“冬残奥精彩,我听得到。”

## 关爱青少年听力健康

南通市第六人民医院全科医学中心主任、主任医师丁祎介绍,当前,随着各种电子产品的普及,不少青少年缺乏保护耳朵的意识,稍不注意,有可能会严重影响听力健康。

丁祎认为,多数听力损伤可以预防,首先应该远离强声刺激和噪声,减少高音量环境暴露。一部分青少年长时间戴耳机听音乐、看视频音量开得过大,长时间接触高分贝噪声,对内耳听觉器官的神经末梢造成不良刺激,对听力的损害也很大。其次,还要克服随意掏耳朵的不良习惯,掏耳易将细菌带入外耳道,引起中耳炎,影响听力。

丁祎说,在平时的生活中,遇到噪声巨大的场所可使用耳塞来保护听力;使用适配的入耳式或头戴式耳机,最好是降噪耳机。此外,耳机平时应及时清洁消毒以防引起耳朵感染,佩戴时尽量不要做咀嚼等活动颤颌关节的动作。家长应定期带孩子进行听力筛查,及早发现孩子的听力异常,如出现言语不清晰(无构音障碍)、看电视身体偏斜(单耳)、某段时间电视声音调大、呼喊、交谈两三声才反应、学习成绩下降、性格改变、嘈杂环境分辨度低、音乐律感差、常有耳鸣等应及时到医院就诊。本报记者尤炼

## 医学专家爱耳日里说爱耳 听力保护应持续一生

耳朵是人体非常重要的器官,其中任何一部分受损,后果都相当严重,甚至会造成失聪。借此爱耳日来临之际,记者采访了通大附院耳鼻咽喉科主任医师胡松群,了解怎样爱护耳朵的相关知识。

## 听力损伤人群分布不同

“我国听力残疾分四级,根据抽样调查统计数据分分析,一级和二级听力残疾,儿童占比相对较高,三级和四级听力残疾,老年人占比相对较高。”胡松群介绍。

他表示,0~6岁听力残疾的主要致残原因,依次为遗传、其他、母孕期病毒感染、新生儿窒息、药物中毒等;60岁及以上主要致残原因依次为老年性耳聋、原因不明、中耳炎、全身性疾病、噪声和爆震等。

根据2021年《世界听力报告》,听力损失目前影响着全球超过15亿人,其中4.3亿人有中度或以上的听力损失。

未来30年,听力受损者可能会增加1.5倍以上,超过7亿人可能会经历中度或更严重的听力损失。听力在生命全程中都是非常重要的,所以今年世界听力日(WHD)主题:谨慎用耳,耳聪一生!重点突出安全用耳对终生保持良好听力的重要性。

## 听力保健宜早不宜迟

“根据目前的调查结果表明,针对耳聋的防治,重点对象是一老一小。”胡松群说。

先天耳聋的发病率约占中国聋人的50%,而遗传聋约占先天聋的85%,其大多数为常染色体隐性遗传。

先天遗传聋应以预防为主,首先要做到严格执行婚姻法,绝对禁止近亲结婚。

两名先天遗传聋人之间不应结婚,如各种原因非结婚不可者,怀孕一定要慎重,通过基因诊断结合辅助生殖技术减少后代耳聋发病的可能性。先天遗传聋人可与非遗传后天聋人或正常人结婚。如果先天遗传聋人与非遗传后天聋人或正常人结婚,第一胎为先天聋儿,二胎一定要做好遗传相关检查。耳聋

青年男女,通过耳聋遗传咨询,判定其是否具有家族遗传性。

听力保健的工作在妊娠期就应开始,如在产前期,母体一般不要接受预防注射,腹部不要接受放射性照射,预防母体患病性感染,一旦感染要及时进行治疗。用药时禁用耳毒性药物。

新生儿期耳聋预防应在围产期就开始,在这一时期不仅可发生器质性听觉中枢神经系统的损害,而且可引起内耳毛细胞损害。尤其是早产引产时外伤或产期的各种原因缺氧、新生儿黄疸极容易引起感觉神经性耳聋。因此,对这些疾病早期预防和及时治疗是防治耳聋的重要环节。

出生后的听力筛查是先天性耳聋早发现、早诊断、早干预的关键。对于筛查未通过的应尽可能在6月龄左右完成诊断,12月龄内完成干预措施(助听器选配、人工耳蜗植入),达到聋而不哑。

## 防止噪声引起的耳聋

“如今,药物性耳聋已经受到医患的重视,药物性耳聋应以预防为主,禁止滥用耳毒性药物。对有家族性中毒史的和肾功能障碍的患者,应禁用耳毒性药物。”胡松群表示,婴幼儿、妊娠期妇女、老年人对耳毒性药物同样敏感,应该禁用,必须使用时也应慎重。在用药过程中,一旦发现耳中毒症状,如头晕、耳鸣、听力减退、平衡障碍等,应立即停药。

噪声引起的耳聋是成年人耳聋的重要原因。工业噪声防护已经逐步深入人心,但是,娱乐性噪声暴露已成为青少年群体听力损失主要原因。

噪声长期累加暴露,直接造成了不可逆的永久性听力损失,尤其是早期的双耳高频听力损伤容易被忽视。而这种高频听力损伤未及时避免而继续噪声暴露,久而久之则会造成全频率段听力过早进入不可逆的严重听力损失阶段,而噪声性听力损失目前尚无特效药治疗。

本报记者李波  
本报通讯员吴丹丹



## 产品畅销

昨天,启东市华美文化用品有限公司职工在车间工作。该公司为福利企业,其中残疾职工25人,大多数为聋人。该公司是一家专业生产工艺美术画、刻材料用品的企业,其油画调色刀、木刻刀等系列产品畅销20多个国家。记者尤炼

## 听力损伤往往难以发现

专家提醒:越早发现,治疗效果越好

昨天,江苏省首届听力语言学会副主任委员、省市听残鉴定专家、市一院耳鼻喉科主任医师马莉提醒:如果你发现听力下降了,或者在嘈杂环境中聆听有困难,一定尽快安排时间去做一个专业的听力检查,及时了解自己的听力情况,听取专家的建议,越早发现,治疗效果越好。

听力损失最常见的原因是年龄增长与噪声损伤。除此之外,遗传因素、耳毒性药物,还有很多耳部疾病都可以导致听力损失的发生。其中,90%的听力损失都是感音神经性听力损失。

值得一提的是,轻中度听力损失的患者,在安静的环境中不太明显,因为大多数声音

依然可以听见。然而,当环境中充满噪声时,他们理解对话会变得困难和吃力。马莉介绍,听力正常者和听力受损者对于过响的、难听的声音的感受基本是一致的。也就是说,对于听力受损者,如果声音大了同样也很怕吵。“这就是听力损失通常不会被立刻发现的主要原因。”本报记者冯启榕