

科技助听  
共享美好生活

# 全国爱耳日! 跟专家学习爱耳护耳知识

2024年3月3日是第25个全国爱耳日,今年的宣传主题是“科技助听,共享美好生活”。在爱耳日之际,记者采访了自治区人民医院耳鼻喉科主任、援藏专家、副主任医师文锋,让专家带大家一起学习爱耳、护耳知识。  
文/图 记者 芮怡星

## 听力障碍分两大类

“偶尔会感觉到耳鸣,晚上睡觉时比较明显,是不是跟我从马上摔下来过有关系?”“什么时候开始出现耳鸣现象?两边耳朵听力都下降了吗?以前工作环境有噪音吗……”2月29日,记者来到自治区人民医院耳鼻喉科,文锋正在为前来就诊的患者格桑(化名)看诊。“先去测听室测一下听力,然后拿着结果来找我。”文锋说。

随后,格桑来到测听室,在医生次仁央吉的指导下,戴上耳机按照测听器发出的指令做着动作,判断听力是否正常。经过测试,次仁央吉告诉格桑,他的听力在正常范围之内。文锋叮嘱格桑:“你的耳鸣不严重,听力也没有问题,不需要输液或者手术,我先开药,你拿回去吃。另外,还要注意保证充足的睡眠,不要熬夜。”

记者了解到,听力障碍分为先天性听力障碍和后天性听力障碍。先天性听力障碍的主要原因有耳部的发育畸形(外耳道闭锁、中耳内耳畸形等)、遗传性耳聋、妊娠期母亲感染某些病毒或使用耳毒性药物。后天性听力障碍的主要原因有老年性耳聋、创伤性耳聋、炎症性疾病(外耳道炎、中耳炎、迷路炎)引起的耳聋、耳毒性药物引起的耳聋、爆震性耳聋、突发性耳聋、全身系统性疾病引起的耳聋、自身免疫性耳聋、肿瘤压迫引起的耳聋(最常见为听神经瘤)。“像格桑这种情况属于轻度神经性耳鸣,只要遵照医嘱,注意睡眠、早治疗,症状会得到控制。”文锋说。

## 关注老年人听力健康

“日常生活中,还需要特别关注老年人的听力健康。”文锋说,老年性耳聋是影响老年人身心健康的常见疾病,60岁以上的老年人出现听力障碍的比例较高,听力障碍不仅直接导致老年人沟通交流障碍,还会引发多种心理健康问题,严重的会损害老年人的生活质量及家庭关系,甚至会加速老年痴呆的发生,关注老年人听力健康意义十分重大。

引发老年性耳聋的原因很多,主要包括:老年人患有动脉粥样硬化、高血压、高血脂、冠心病时,内耳血管也会随之发生硬化;长期遭受噪声刺激,比如从事汽车、机械、基建等一些噪音较大的工种或作业,就会对耳朵的毛细胞造成损伤,从而影响听力;长期进食高脂肪、高盐、高糖的食物,容易诱发老年性疾病,及相应的老年性耳聋。

记者在采访中了解到,此前,有一名72岁的老年女性患者来自自治区人民医院耳鼻喉科就诊,该患者出现听力障碍已经许久,与家人沟通出现很多障碍,但是家人包括老人自己都觉得“年龄大了听力下降”属于正常情况,最终出现完全耳聋的情况才前往医院就诊,但已经于事无补。

“尽管老年性耳聋不可逆转,但可以通过一些治疗方式改善症状,延缓进程。包括药物治疗、验配助听器、听觉康复训练、人工耳蜗植入等方式。其中验配助听器是最常见的干预方式。”文锋建议,关注老年人听力健康,



患者正在测听室测听力。

可有效改善老年人精神心理状态和生活质量,如果出现听力下降,一定要及早就医,科学应对。

## 早预防、早诊断、早治疗

在日常生活中,长时间噪音接触、爆炸声刺激、长时间佩戴耳机(特别是耳机音量过大)、经常熬夜(有时会诱发突发性耳聋)、外力创伤、不当挖耳、感冒后用力擤鼻子、使用耳毒性药物等行为都会损害听力。

文锋提醒,部分情况可以进行早预防、早诊断、早治疗。例如儿童先天性耳聋,如果儿

童听力筛查没有通过,一定要进行复筛诊断,可以佩戴助听器进行干预,促进儿童语言中枢发育,对适合进行人工耳蜗植入手术或其他听力重建手术的尽早进行手术;如果突然出现一侧或双侧耳朵听力下降,一定要警惕突发性耳聋,应及时就诊进行听力学检查,如果确诊突发性耳聋,尽早进行输液和其他治疗;如果感冒后出现一侧或者双侧耳朵听力下降,要警惕分泌性中耳炎,应及时就诊,通过药物治疗一般都能痊愈,也提醒大家感冒后切勿用力擤鼻或乘坐飞机;平时避免熬夜及工作过度劳累,也能预防突发性耳聋。

开奖啦

体彩排列3开奖公告		
2024年3月3日 第24053期		
开奖号码		
开奖号码 9 5 8		
奖项	中奖注数	每注奖金(元)
直选3	11984	1040
组选3	0	346
组选6	44782	173
本期全国销售总额为42591150元。		

体彩排列5开奖公告		
2024年3月3日 第24053期		
开奖号码		
开奖号码 9 5 8 2 8		
奖项	中奖注数	每注奖金(元)
一等奖	268	100000
本期全国销售总额为22353048元。		

七星彩开奖公告		
2024年3月3日 第24023期		
开奖号码		
4 0 2 0 4 4 + 13		
奖项	中奖注数	每注奖金(元)
一等奖	5注	5000000元
二等奖	5注	110235元
三等奖	9注	3000元
四等奖	627注	500元
五等奖	12095注	30元
六等奖	453882注	5元
258651505.02元奖金滚入下期奖池。		

福彩3D开奖公告		
2024年3月3日 第2024053期		
开奖号码		
开奖号码 4 7 8		
奖项	中奖注数	每注奖金(元)
单选	397注	1040元
组选3	0注	346元
组选6	285注	173元
西藏本期销售总额:726156元,中奖总金额:464331元,奖池金额:1913270元。		

福彩双色球开奖公告			
2024年3月3日 第2024023期			
开奖号码			
基本号码	特别号码		
01 10 22 25 28 32	10		
奖项	全国中奖注数	西藏中奖注数	每注金额
一等奖	4注	0注	10000000元
二等奖	174注	0注	148772元
三等奖	2087注	3注	3000元
四等奖	98290注	160注	200元
五等奖	1769194注	3098注	10元
六等奖	12702906注	26144注	5元
本期投注总额为429941270元,奖池资金累计金额2249424817.00元。			

快乐8开奖公告		
2024年3月3日 第2024053期		
开奖号码		
02-04-05-10-21-23-25-31-33-35-37-46-53-62-63-69-75-78-79-80		

本版彩票数据仅供参考,最终结果以彩票中心开奖数据为准。

## 流标说明

我公司招标代理的申扎县申扎镇姜戎村宜居宜业和美乡村及民房改造项目(设计),现因该项目报名人数不足3家,故该项目作流标处理!

招标人:申扎县人民政府

招标代理:重庆凯弘工程咨询有限公司

日期:2024年3月3日

## 西藏自治区错那县西午乡锌矿采选工程项目环境影响报告书 征求意见稿(第二次)公示

《西藏自治区错那县西午乡锌矿采选工程项目环境影响报告书(征求意见稿)》已编制完成,现公示如下:

一、征求意见稿全文的网络连接及查阅纸质的方式和途径:公众可通过<https://www.eiacloud.com/gs/detail/1?id=402282749A> 下载全文,也可自行到建设单位或环评单位查阅纸质报告书。

二、征求意见的公众范围:项目周边5km范围内的公民、法人和其他组织,范围之外人员也可针对项目建设提出意见和建议。

三、公众意见表的网络连接:公众意见表可通过[http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/t20181024\\_665329.html](http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/t20181024_665329.html) 获取。

四、公众提出意见的方式和途径:公众可通过网络、电话、邮件等方式,在规定时间内将填写的公众意见表提交建设单位,反映与建设项目环境影响评价相关的意见和建议(公众

提交意见表时,应当提供有效的联系方式)。

五、公众提出意见的起止时间:于本项目公示之日起10个工作日内。

建设单位联系方式:西藏顺喜矿业有限公司,电话:18382075300,邮箱:1136193027@qq.com。

地址:拉萨经济技术开发区总部壹号公馆9幢1单元102号。

环评单位联系方式:西藏灵锋工程技术咨询有限公司,电话:18600463800,邮箱:1064580442@qq.com。

地址:拉萨市城关区扎基中路组织部生活区4-4栋。

西藏顺喜矿业有限公司

2024年3月4日

## 声明/公告/公示

西藏芒康县徐中乡小学不慎,将中国农业银行芒康县徐中营业所开户许可证(核准号:J7728000078101,账号:25420401040000020)丢失,声明作废。  
特此声明

西藏芒康县徐中乡小学  
2024年3月4日

西藏豪君实业有限公司经研究决定,已将公司法定代表人由“王豪”变更为“益西巴姆”,现声明公司原法人章(编号:54019510003501)作废。  
特此声明

西藏豪君实业有限公司  
2024年3月4日

● 巨增央吉不慎,将护士执业证(编号:201454000082)丢失,声明作废。

● 巨增央吉不慎,将专业技术人员执业资格证(管理号:20171540100037000011)丢失,声明作废。