

耳机里,流淌着音乐,流失着听力

医生提醒:保护听力,每天戴耳机不超过1个小时

□本报记者 赵江波

街头巷尾,公交车等公共场合,甚至是家里,总有人在戴着耳机听音乐,这已经成为一种司空见惯的生活常态。殊不知,长时间戴耳机听音乐,会严重损伤听力,耳机里流淌着美妙的音乐,同时也流失着宝贵的听力。

听力受损 罪魁祸首是戴耳机听音乐

冯女士由于工作压力大,经常失眠。她听同事说听音乐可以缓解失眠,就在每天晚上睡觉前戴上耳机听音乐。别说,还真有效,她的失眠果然得到了一定程度的缓解,这让她渐渐养成了戴耳机听音乐助眠的习惯,常常手机还放着音乐,她已经睡着了。

过了一段时间,冯女士发现自己的耳朵时不时出现鸣音,而且经常听不清楚,需要对方大声重复才行。随后,冯女士又出现头晕、头痛等症状,耳朵更是刺痛难忍。冯女士到市中心医院耳鼻喉科检查,经纯音测试,她的听力比正常人下降了40分贝。

楚女士是个“耳机控”,不是戴着内耳式耳机,就是戴着蓝牙耳机。戴上耳机,一边听着优美动听的音乐,一边目不转睛地盯着手机刷屏,这已经成为楚女士的生活常态。在大街上、公交车里等声音嘈杂的地方,不由自主地调高耳机音量;在家里

看电视时,总是把声音放到最大,这些细节变化,楚女士浑然不觉。在一次体检中,楚女士被查出患有严重的鼓膜炎,经听力测试后,确诊为神经性耳聋。医生问诊后告诉她,造成她听力严重衰退的主要原因是她长时间戴着耳机听音乐。

两车相撞 都是戴耳机听音乐惹的祸

戴耳机听音乐除了会损害听力,还会带来安全隐患。一些人一边走路或骑车,一边戴着耳机听音乐,很容易分散注意力,降低听觉范围,身边的一些

紧急情况容易被耳机中的声音掩盖,影响其对周围情况的判断,而发生危险。城区一16岁女孩小芳(化名)骑电动自行车外出时,一边骑车一边用耳

机听歌。在骑行过程中,由于注意力被耳机里的音乐所吸引,反应比较迟钝。在行至一路口时,前方驶来另一辆电动车,她没有反应过来,撞上了前方的电

动车。结果,小芳连人带车摔倒在地,可怕的是,在摔倒过程中,由于她的双耳带着耳机,连接在手机上的耳机线缠绕在其脖子处,脖子被勒出一道裂痕。

专家建议 每天戴耳机听音乐不超过1小时

对于戴耳机引起听力下降的问题,记者采访了南阳市中心医院耳鼻喉科主任黄维平。

据黄维平介绍,人的内耳有两万个纤弱的感觉神经细胞,它们非常脆弱,经不起噪声长时间的打扰,一旦细胞受损超过3个月,听力下降是必然的。同时,近距离高分贝的噪声会造成人内耳的毛细胞损坏甚至死亡,久而久之就会引起噪声性耳聋,这样的损伤往往是不可逆的。

黄维平建议,每次戴耳机的时间不要超过一个小时,每过一个小时要

把耳机摘下来,让耳朵休息至少15分钟,每天累计戴耳机的时间不要超过3个小时。”

记者查阅相关资料得知,国际上公认的保护听力的“60-60-60”原则,就是告诉人们,在使用耳机时,音量不要超过最大音量的60%,连续使用的时间要小于60分钟,外界声音最好不超过60分贝。听力下降,应及时检测就诊。

黄维平还提醒,如果

要求别人重述说话,听收音机或看电视时提高了音量,经常出现耳鸣现象,下意识提高自己的讲话声音,那么就意识到听力出现了衰减,此时应及时到医院检测听力。儿童听力有问题时,对声音无反应,不能正确理解他人说的话,语言发育迟缓,有的孩子耳部有流出物,或反复出现耳部疼痛或阻塞,一旦发现这些症状,应及时就诊,并定期检查听力。③3

学生扎堆箍牙

专家:牙病需早治

本报讯(记者 王渊博 通讯员 高艳红)平时学业繁忙无暇上医院,很多出现“地包天”、“龅牙”、牙齿不齐等问题的学生都赶在暑假去箍牙。昨日,记者从市口腔医院口腔正畸科了解到,该科一天接诊量达300人。

市口腔医院口腔正畸一科主任赵健介绍,“牙齿出现错颌畸形,越早治疗效果越好,拖延往往会导致孩子错过最佳矫治期。在临床工作中,遇到过很多‘被耽误’的孩子,孩子患‘地包天’三四岁就可以进行早期治疗了。早期纠正儿童口腔不良习惯,如:吮咬习惯、异常吞咽及吐舌习惯、偏侧咀嚼习惯、口呼吸习惯、小儿打鼾等。但有些家长不了解,等到十五六岁才带孩子来矫正,孩子过了生长高峰期,颌骨已经定型,只能18岁后通过正畸和正颌外科手术联合治疗才能达到良好效果。还有一些‘大龅牙’的孩子,10岁以前是最佳矫正时机。”③3

拍卖公告

受委托,我公司定于2020年8月14日10时在南阳市范蠡东路宏江升龙苑御酒店16楼会议室,公开拍卖位于南阳市龙升工业园区内南阳首控光电有限公司破产财产(土地使用权面积105628.87平方米;厂房、房产、简易房、净化房等地上附属物、构筑物、其他附属设施总面积约16446.62平方米;电子设备、原材料、存货一批)。有土地证,无房产证。整体、现状拍卖。有意竞买者,请实地查验标的,于2020年8月13日16时前向本公司指定账户缴纳规定的保证金2千万元(不成交会后5个工作日内全额无息退还),并携带有效证件办理竞买手续。预展时间:公告之日起至拍卖日前。预展地点:标的物所在地。联系地址:郑州市金水区黄河路88号5楼527室 南阳市孔明路武警小区物业楼2楼 联系方式:王经理18903778369 18603777295 管理人:河南雷雨律师事务所 朱律师15672756279 ③3 河南公源拍卖有限公司 2020年7月30日

《南都晨报》系国家新闻出版广电总局批准、公开发行的都市报,国内统一刊号:CN41-0104。凡在本报刊登的遗失声明、公告等信息均具有法律效力。

南都晨报 分类广告

遗失声明

●所有权人李保林,房屋坐落于唐河县城关镇新春街1744,房屋所有权证号13579 遗失,声明作废。

红蚂蚁搬家保洁

电话:61100559 13838721761 微信同号

通知

陈玉玲:
请于2020年8月15日至南阳市范蠡路儒林星座C厅1309室,参加南阳力信信息技术有限公司股东会。
请准时参加为盼!

南阳力信信息技术有限公司
2020年7月31日

南阳市卧龙区民政局 民办非企业单位成立登记公告

根据国务院《民办非企业单位登记管理暂行条例》规定,经业务主管单位审查,我局核准,准予成立登记,现予公告:

名称:南阳市卧龙区俊杰青少年武术俱乐部
地址:南阳市卧龙区七一路227号老干部活动中心楼
统一社会信用代码:52411303MJY583120G
法定代表人:孟俊杰
业务主管单位:南阳市卧龙区教育体育局
注册资金:人民币叁拾万元整
业务范围:武术、散打、拳击、跆拳道等体育项目