

爱耳日，“耳机党”和“采耳党”注意了！

3月3日是第25个“全国爱耳日”。今年的主题是“科技助听，共享美好生活”。随着科技的快速发展，无线耳机成了年轻人生活中不可或缺的一部分。然而，长时间佩戴无线耳机是否会对听力造成损害？同时，街头巷尾随处可见的采耳店，它们真的安全吗？带着问题记者进行了走访。

“耳机党”注意了：长时间大音量使用耳机会伤害耳朵

在无锡山姆会员商店，记者看到提供免费测试听力的服务，不断有客人驻足停留，测试听力水平。无锡山姆会员商店助听中心工作人员告诉记者，“平均一天会有二十几位客人测听力，年龄层分布较广，年轻人、中老年人都有。”据她介绍，测试下来，0-20分贝属于正常听力，数值越低越好，有位95岁高龄的老人测下来在5分贝，听力极好。也有20多岁的年轻人测下来发现自己有轻度听力损失，很吃惊。慕名前来测试的邵先生表示，“之前体检没有听力方面项目，也从未在意过自己听力方面的问题，看到这里有免费的就想着来测试一下。”

“种地听成中金”“家纺听成假发”，每天对着同事“啊？你再说一遍”，1998年生的张雅箐被同事戏称“空耳大师”。她笑着说，“我年纪轻轻，眼睛近视耳朵也听不清。主打一个‘又聋又瞎’。”本以为是玩笑话，但没想到她去医院做了一套检查，听力计测试下来的结果显示“耳朵听不到30分贝以下的声音”。张雅箐一惊，分析是因为自己用耳习惯不好，之前大学的时候在宿舍里大家为了互不干扰，都会自觉戴上耳机，“有时候戴着耳机玩手机，不知不觉就戴着耳机睡着了。”

近年来，无线耳机因其便携性和舒适性受到了年轻人的喜爱。小王是江南大学一名大二的学生，平时喜欢戴着无线耳机听音乐，为了追求更好的音乐体验，他经常将音量调到最大，并且一戴就是几个小时。“之前有一次我发现自己有点听不清别人的讲话，甚至有时候听音乐也感觉声音模糊。”

长期佩戴耳机会导致听力受损吗？记者咨询了宜兴市人民医院耳鼻咽喉科医生储宇霄，他表示，长时间佩戴耳机可以导致听力暂时性或者永久性的下降。这个和佩戴的时间长短、音量的高低有关系。佩戴时间越长、音量越大，对听力的



的损害就越明显。有部分人会在出现耳聋之前先出现耳鸣，然后有缓慢进行性的听力下降，开始因为损害比较轻，能完全恢复，然后慢慢地随着听力损害的加重，最终导致不可逆的听力下降。储医生也建议，“使用耳机的时候应该注意使用的时间和音量，在佩戴入耳式耳机的时候，音量最好不要超过最高档的60%。普通的MP3、收音机、CD音量不宜超过75分贝。耳罩式耳机较能保护听觉，会相应缓解耳部压力、供血不足，但也不可以长时间佩戴。”

免费测试听力 Free Hearing Tests

·由专业技术人员提供优质服务 Service Performed by a Licensed Specialist



采耳一时爽，但伸进耳朵的风险你知道吗？

街边随处可见的采耳店也是近年来兴起的行业，记者走访了多家店铺。市中心的一家采耳店是夫妻档，既做足浴也做采耳项目，有时候店里忙不过来，足疗技师和采耳技师是同一人。这意味着刚刚做完足疗的技师，可能没有做好卫生消毒工作，接着拿起采耳工具进行采耳项目。而当记者问到，你们使用的工具是“一客一换”或者“一客一消”吗？对方虽然回答“是的”，但工具使用痕迹十分明显，有采完耳的客人表示，“他们伸进耳朵里的白色球状物是重复使用的。”

在宜兴环科园的一家采耳店，记者看到店内环境整洁，工作人员都佩戴着一次性手套和口罩，使用的工具也经过严格消毒。店主表示，“他们非常重视卫生和安全问题，确保每位

消费者都能在安全舒适的环境中享受采耳服务。”但当记者问到采耳师是否需要考取资格证或者从业证时，对方并未予以回应。

对此，储宇霄医生表示，在工作当中，也经常会碰到一些患者是去采耳店采耳之后来就诊的。其中有一些是因为交叉感染引起的真菌性外耳道炎，有些是直接损伤而引起的，如出血、鼓膜穿孔等。储医生表示，日常生活中并不需要采耳，也不提倡大家自行采耳。实在想掏的话，要注意每次采耳的时间不宜过长，一般15分钟即可。而且耳屎是耳道皮肤正常分泌物结合皮脂等形成的，起阻挡异物进入外耳道及杀菌作用。正常的时候是不需要去掏的，会随着运动时的震动和下颌运动自行排出，大块硬结的耵聍堵塞外耳道时应该请耳科医生用专门工具去除。

(晚报记者 陈怡迪/文、摄)

3月3日是第25个“全国爱耳日”，这几天，无锡多地正在开展相关宣传教育活动。今年“爱耳日”的宣传主题是“科技助听，共享美好生活”，据了解，随着科技的进步，锡城听障儿童已比早年减少不少，融入有声世界的进程也更“丝滑”。

听障儿童大幅减少，百分百融入普幼普小 听障小朋友“丝滑”融入社会

听障儿童大幅减少，百分百融入普幼普小

“兔小兔一共带了几颗糖果啊？都是什么颜色啊”“4颗。绿色、红色、橙色、蓝色”，在彩虹桥幼儿园里，听障班的孩子们在绘本课上认真倾听，回答问题情况也不错。其实，除了有些孩子佩戴的人工耳蜗外机会闪光外，他们看起来和普通孩子没什么两样。彩虹桥幼儿园的蔡征雯老师介绍，目前校区正在进行康复训练的孩子一共为29名，一般经过一到两年的康复训练，单纯有听障问题的孩子100%都能进入到普通幼儿园和小学，和正常孩子一样在有声世界学习知识。

作为锡城学龄前残障儿童的康复机构，彩虹桥幼儿园早年要开5个班招收听障儿童，现在在2个班级就能满足需求。这和优生优育等因素有关，早年一些药物致聋的儿童不少，现在这样的情况很少了，患儿基本都是基因有问题。新生儿的早筛使得不少儿童的听障问题能早发现，

在0-3岁的黄金康复期能够提前介入。有些家长在孩子1岁左右就会考虑植入人工耳蜗，尽早让孩子能听到声音，融入正常社会。

现在家长对听障儿童的康复关注度很高，有的家长头胎孩子听障问题不太严重，会佩戴助听器来解决。但有些家长发现，即便是佩戴助听器，如果中间再辅助一些康复训练，孩子会听得更清楚。现在有些孩子即便正常去了普通小学，也会每周抽一些时间来进行个别训练，帮助他们听说功能恢复得更好。

蔡征雯表示，从目前情况来看，父母有听障，孩子出现听障的可能会比较大。家长们对孩子的听障康复也很重视，尽管许多城市的康复都是免费的，但有的家长会辗转多个城市，甚至买房落户，只求为孩子找到康复效果更好的机构。在彩虹桥幼儿园，有不少父母都是新市民。

科技进步，让听障孩子融入更“丝滑”

头发上佩戴两个小发夹，其实这是人工耳蜗的外机。在彩虹桥幼儿园看到，不少孩子的人工耳蜗外机都有花式变身。康复班的老师谢苗苗介绍，女孩们的人工耳蜗外机会设计成发带、蝴蝶结等，很漂亮；男孩们的则可以设计成别在衣服上的小动物徽章之类，让他们在人群中不那么醒目。

听障儿童家长徐女士表示，现在外机的设计还会考虑到不同场景，比如带个防水外壳，方便孩子们学游泳，越来越人性化。

人工耳蜗的外机经常要换电池，短的半天就要充一次电，长的也就是几天时间，一旦断电，孩子们就会听不见。现在有

了一些全植入式的耳蜗，就不需要外挂，还可以蓝牙充电，会更方便。在彩虹桥幼儿园，还有一间特殊的教室，四壁和房顶有非常棒的消噪和收音效果，老师发出的声音还可以通过设备直接传入孩子的人工耳蜗，让他们能够听得更清楚。

不少家长也在寻求更好的治疗方法。徐女士表示，导致听力障碍的原因很多，但她发现，目前已有一款新的药物对于儿童的听障基因有效，国内首例儿童经过药物治疗后，已不需要佩戴耳蜗，就能够和家长交流。她已打算今年带着孩子去上海进行检测，看看孩子是否也能适用这种药物。

(黄孝萍)