

全球3400万儿童听力损失 大意失聪

聆听美妙的音乐,畅通无阻地与人交流,感受大自然的清脆鸟鸣、潺潺水声……我们的生活因为能够聆听到各种各样的声音而变得丰富多彩。但是,全球人口的5%,也就是4.66亿人都患有不同程度的听力残疾,其中就包括3400万儿童。

我们已知3岁以内是儿童语言发育的关键时期,长时间听力损失不仅影响生活,更会影响孩子的语言、智力和心理等方面的发育,因此听力损失的早发现、早诊断对婴幼儿及儿童的一生都无比重要。

“小举动” 提示听力出状况

一般来说,宝宝在妈妈肚子里第8周左右,听觉器官已经开始发育,到六七个月的时候,肚子里的宝宝就能够通过液体传导听到妈妈的声音。出生后3天左右,宝宝已经可以分辨新的语音和他们曾经听到过的声音;出生后1至2个月,宝宝可以分辨声音来源,左右转头;出生后3至4个月,宝宝已经能够熟练转头,被有趣的声音逗笑;出生后7至8个月,宝宝开始能够听懂大人说话的意思,并配合着做一些动作,到1岁左右,宝宝便能够对自己的名字有反应,开始说一些单音节的词,比如“爸爸”“妈妈”等。

这是宝宝听力发展的正常周期,宝爸宝妈们平时要多多关注自己孩子的听力健康,如果出现这些表现,就需要怀疑宝宝患有听力损失:

- 1.超过6月龄,不会转向声音来源。
- 2.语言发育迟缓,1岁不会说简单的连续音,比如“妈妈”。
- 3.听不懂大人的指示,经常反复问“嗯?”
- 4.看到家长会转头,但家长叫他名字时反而总是不会转头。
- 5.发音不准确,讲话含糊不清。
- 6.与人交谈时,有眼睛紧盯着讲话人的嘴的习惯。
- 7.看视频播放的声音比常人高很多。
- 8.烦躁拍打、抓挠耳部,或有耳痒、耳流脓等情况。

要注意的是,儿童听力损失的表现差异很大,如果怀疑孩子有听力损失,应尽早带着宝宝前往医院进行常规的耳科体检和听力检查来明确是否有听力问题。

听力损失是谁惹的祸

宝宝出现听力损失的原因可以分为先天因素和后天因素,前者与遗传、怀孕期病毒感染、早产等因素相关,后者与中耳炎、错误用药、耳部外伤等相关。

先天性听力损失是指任何在出生时或出生后不久就确认的听力损失,可能为遗传性或非遗传性。怀孕的前3个月,是胎儿听觉发育的重

要阶段,此时听觉器官极其脆弱。如果在这个阶段母亲遭受病毒感染,如风疹、疱疹、腮腺炎等,或者遭受弓形虫感染,是可能对胎儿听力产生影响。

同时,临床上一部分常用药物是可能产生耳毒性,造成宝宝听力下降的。已知的耳毒性药物有上百种,常见的有氨基糖苷类抗生素(链霉素、卡那霉素、庆大霉素等),水杨酸类解热镇痛药(阿司匹林等),利尿剂(速尿、利尿酸等),抗瘤药(长春新碱、顺铂等)等,特别是氨基糖苷类抗生素。因此,儿童抗生素使用一定要慎之又慎。

另外,一部分因为基因突变造成的先天性听力损失是可遗传的,比如GJB2非综合征耳聋、Usher综合征等。这类患儿需要进行基因筛查才能够明确病因。

中耳炎

急性中耳炎是与传导性听力损失相关的最常见儿童疾病。在3岁前,大多数儿童会经历至少1次急性中耳炎发作。中耳炎发作可能导致中耳腔积液甚至鼓膜穿孔,影响声音的传导而导致听力损失。

儿童易发生中耳炎,主要与儿童咽鼓管相对短、平直有关。人的五官是相通的,中耳腔由咽鼓管和咽部相连接,短平直的咽鼓管容易导致细菌病毒入侵中耳引起感染。

另外,生活中有一些危险行为会增加儿童患中耳炎的风险,要格外注意:

- 1.妈妈侧躺喂奶或者宝宝躺着吃奶,奶液容易流入咽鼓管导致中耳感染。所以喝奶粉的宝宝最好喂奶时能够上半身倾斜靠在大人身上。
- 2.擤鼻涕姿势不对。有些家长会捏住宝宝两边的鼻孔让宝宝擤鼻涕,这样容易导致鼻腔内压力大,让鼻子里的病菌进入中耳。
- 3.游泳或洗澡后耳朵进水,还有不正确的掏耳朵行为。耳朵进水后,应该让头偏向进水的耳朵一侧,让水流出来,再用干净的棉棒轻轻擦拭外耳道。
- 4.吸入二手烟。二手烟不仅容易引起儿童呼吸疾病,还容易导致咽鼓管阻塞,中耳内液体积聚引发。

外耳道耵聍栓塞

耵聍,也就是俗称的“耳屎”,是外耳道阻塞的最常见病因。正常情况下,它起着抗击有害菌、防止异物的作用,但耵聍过多累积,也可能引起儿童听力下降、耳闷等情况。

清理宝宝耳屎需要小心,因为宝宝的外耳道皮肤娇嫩,或是宝宝不愿配合,很容易损伤外耳道皮肤导致发炎,甚至可能损伤鼓膜导致穿孔。研究表明,12岁以下儿童中因创伤导致鼓膜穿孔,最常见的原因就是异物(特别是棉签)。因此如果发现宝宝耳屎积聚较多时,建议前往医院就诊。

噪声

长时间过度暴露在噪声环境中,可能会对儿童听力造成损伤。对儿童来说,超过60分贝的声音,就属于有害噪声。马路上汽车经过的声音,就在60至80分贝之间。现在很多儿童喜欢戴耳机听音乐、看动画,更增加了噪声暴露的风险。

听力损失了怎么办

导致儿童听力问题的常见原因有耳屎太多堵住了外耳道,或耳朵发炎了等,一般经过积极治疗能够康复。其中要引起注意的是,儿童分泌性中耳炎与腺样体肥大、过敏性鼻炎鼻窦炎、上呼吸道感染相关,因此积极治疗鼻、鼻咽部疾病对防治分泌性中耳炎也很重要。

经常戴耳机的儿童或青少年,如果觉得听觉不如以前灵敏,或感觉耳朵发闷,有堵塞感,应引起注意。避免持续接触噪声、长时间戴耳机,要科学用耳。

遗传因素、药物因素或者其他原因造成的严重感音神经性听力下降,建议定期随访检查听力,可借助人工听觉的手段,比如配戴助听器或进行人工耳蜗植入等来帮助儿童听到声音。

因耳部先天性发育畸形、耳部肿瘤等原因造成的听力损失,更应积极治疗原发疾病。

最后提醒家长,如果怀疑孩子有听力问题,应及时到医院进行相关检查,明确病因,根据不同的病因进行相应的治疗。



■ 相关新闻

如何预防老年人听力损失? 这些知识需要了解

随着年龄的增长,人的听力系统往往会发生缓慢的变化,尤其对于中老年人来说,更容易出现不同程度的听力下降问题。那么,如何预防老年人听力损失?一旦听力受损,又该如何治疗和干预呢?这些知识一起来了解。

如何预防 老年人听力损失问题?

老年人听力问题多以预防为主,及早发现很重要。一般来说,尽早接受前期筛查,就可以对诱发老年性耳聋的危险因素做到早发现早清除,对药物或不良生活习惯加以控制,听力受损的发病程度也会相应减轻。

需要注意的是,经常吸烟、酗酒、脾气易怒、慢性病的老年人群可能伴有老年性耳聋的加重,建议这类人群尽早进行听力筛查和全面的体检,以此来对自己身体健康状况有一个准确的了解。

如何治疗和干预 老年听力损失问题?

如果确认老人有明显的听力损失问题,可以通过一些有效措施来治疗和干预。

轻度听力损失的老年人可以佩戴助听器来保证听力。在医生对听力受损情况做出准确判断后,便可以

患者选择合适的助听器。由于老年人动作迟缓、视力下降,比较建议选择体积稍大且操作便捷的助听器来方便老年人使用。

中重度听力障碍的老年人,可以选择人工耳蜗。人工耳蜗是辅助性的电子听力产品,它由电极、语言处理器、语言接收器三部分组成,医生通过手术将电极直接植入在患者的耳蜗中,刺激耳蜗内的毛细胞产生听觉。人工耳蜗的声音质量和灵敏度远超过其他治疗手段,治疗效果相对理想。

与有听力损失的老人交流 有哪些注意事项?

如果家中的老人出现听力损失问题,家属在与其交流时需要注意,对这类老人,首先要给予充分的安抚和理解,不应该排挤或嫌弃,要努力在家中营造一种良好的家庭氛围。一旦发现老人可能存在听力障碍,要及时陪同老人前往医院检查,做到早诊早治。轻度听力障碍的老年人应注意改善饮食的营养,听力严重受损的老年人可以佩戴助听器或人工耳蜗。

家中有老年人出现听力损失后一定要尽早干预,使用助听器或人工耳蜗等手段进行听觉康复,帮助老年人获得良好的听力,享有更加健康幸福的晚年。

警惕耳机成为听力“杀手”

戴耳机已经是当下十分常见的现象和习惯,然而在公共交通等嘈杂的环境下我们会不自觉地提高耳机音量,或者因沉迷于视频和游戏而长时间佩戴耳机,这些不恰当的戴耳机的方式正在悄然损伤我们的听力。

“60—60—60”原则护好听力

无论戴何种耳机,我们都要记住一条“60—60—60”原则,即音量不要超过总音量的60%,每次听的时间不要超过60分钟,外界声音最好不要超过60分贝。选好耳机用好耳机,在享受生活的同时保护我们的听力。

7条“安全聆听”建议
每周使用耳机不超过40小时,并尽量将音量保持在80

- 分贝以内;
 - 在舞厅、酒吧、体育赛场等嘈杂场所佩戴耳塞以隔绝噪音;
 - 在乘坐公共交通等嘈杂环境中使用降噪耳机,减少提高音量;
 - 监控自己使用耳机的时间和音量范围;
 - 限制个人音频的日常使用;
 - 限制在嘈杂场所的活动时间并与响亮的声源保持距离,比如到安静的地方让耳朵短暂休息;
 - 假如长期暴露于噪声则定期做听力检查,及早发现听力损伤。
- 据《文汇报》、科普中国客户端