



长时间戴耳机听音乐 13岁女孩耳朵“嗡嗡”响

医生：耳鸣患者呈上升趋势，年轻人也不少

□记者 王元卓
通讯员 孙红村
张基隆 郑瑜 郑轲

“医生，我老是感觉耳朵嗡嗡响，听不清别人讲话，这是怎么了？”近来，这样的耳鸣患者在我市各大医院屡见不鲜。3月3日是“全国爱耳日”，记者采访了鄞州人民医院、宁波市二院等了解到，目前耳疾患者中除了外耳道炎、中耳炎等比较常见的疾患外，耳鸣患者呈上升趋势，严重者甚至出现“耳聋”，而年轻患者偏多。



长时间戴耳机容易耳鸣

昨日，记者从鄞州人民医院耳鼻喉科专家张建耀处了解到，目前“耳鸣”患者日益增多，一天要接诊7例以上，严重者甚至出现“耳聋”，年轻患者偏多。前不久，就有一名高三学生来就诊。“高三了，要面临高考，学习压力比较大，熬夜看书是家常便饭，也不知道为何3个月来耳朵里一直‘嗡嗡’响，当时也没在意，这几天竟然听不清别人说话……”17岁的高三男孩向张医生诉说病情。张建耀分析男孩是因为学习压力过大患上耳鸣，再加上未及时治疗导致听力下降，目前接受药物治疗后症状有所缓解。

张建耀介绍，近几日接诊的“耳鸣”年轻患者较多，和他们经常通宵玩乐、熬夜玩游戏、长时间戴耳机听音乐等不良生活习惯有关。13岁的一名女孩就是因为喜欢戴耳机听音乐入睡，患上“耳鸣”。女孩的爸爸王先生介绍女儿的情况：“我女儿睡觉之前总喜欢戴着耳机听音乐，听着听着就睡着了，这个习惯保持了好几年了。前几天她突然告诉我，她耳朵里总会出现‘嗡嗡’响，现在这种‘嗡嗡’响更严重了。”张建耀说，很多年轻人长时间戴着耳机听音乐，还有的选择戴内耳式耳机，都是很容易伤及耳朵的。

老年病患者情绪不好也会引发耳鸣

此外，一些患有高血压、糖尿病的老年人，不能生气，要管理好情绪，否则也会导致耳鸣。家住鄞州区的76岁马大爷就是高血压病患者，由于血压未控制好导致末梢血管动脉硬化，促使局部供血不足引起神经性“耳鸣”。“我家老头子高血压病史已有20年了，降压药老是不按时吃，平常又爱喝点老酒，昨天喝酒时和我闹了一点小别扭，一生气情绪一激动就突然出现头晕、耳鸣……”马大爷的老伴老王当时吓坏了，赶紧陪他来鄞州人民医院耳鼻喉科治疗。经过张建耀的诊治，马大爷病情已有所好转。

张建耀说还有最常见的病例就是“听神经瘤”引起“耳鸣”，这类耳鸣多为单侧性，高音调，如蝉鸣声或汽笛声，轻重程度不等。随着肿瘤的不断增长，将压迫耳蜗神经、前庭神经和内听动脉。不仅引起听力下降，还会引起持续缓慢进行性的感音神经性耳聋、耳鸣、眩晕及走路不稳等症状。张建耀提醒患者注意，突发性“耳鸣”的患者也较常见，其危害大。早期一旦出现单侧耳鸣或听力下降，需尽早去医院耳鼻喉专科就诊，若“耳鸣”反复发作或伴有头晕等症状应引起重视。

耳鸣持续超过一天就应重视

张建耀介绍引起“耳鸣”的原因非常复杂，还有一些过量使用了对耳有毒性作用的药物如链霉素、庆大霉素等也可出现“耳鸣”。“耳鸣”患者总感觉耳朵里好像有群蜜蜂“嗡嗡”在叫，叫人心烦意乱。如果是因为药物引起的就要咨询相关医生，进行调节用药。

张建耀最后提醒大家注意，患者若出现“耳鸣”现象应尽早来医院就诊，若持续性超过一天

各种掏耳朵习惯也会引发耳疾

除了熬夜、压力大、长期疲劳、睡眠不足等容易引起耳鸣外，还有一些陋习会严重影响听力。宁波市第二医院耳鼻咽喉科主任胡宝华告诉记者，近来他一天接诊七八十位病人，其中70%是耳疾患者。不少人是春节带来的“节日病”。春节放鞭炮导致耳鸣，甚至耳聋。因为放鞭炮会导致爆震性耳聋，如果治疗不及时，会导致耳鸣，严重的还会失去听力。还有的一种情况是，经常用掏耳勺、棉签、牙签、餐巾纸等掏耳朵，因掏耳朵引起的耳部发炎与普通感染不一样，相当顽固，治疗也增加许多难度。所以，胡宝华再三提醒大家，平时不要随便掏

耳朵，为了保护耳道，要果断放弃这种陋习。

此外，还要改变一个擤鼻涕的方法，有些人擤鼻涕会捏住两个鼻孔擤，其实这种方法是错误的，因为两个鼻孔被同时捏住的话，鼻涕就会往耳朵方向压，容易导致中耳炎。昨天，胡宝华就接诊到一个病人，他说自己是正月初一那天感冒流鼻涕的，就努力压住两个鼻孔擤鼻涕，后来竟然出现耳朵痛，还流脓，胡宝华说，患者就是因为擤鼻涕的方法不对引起耳部发炎的。胡主任提醒患者注意正确的擤鼻涕的方法是，捏住一侧鼻孔擤，否则就会把鼻涕往耳朵方向压。

熟睡中蟑螂入耳 无法取出疼得要命

医生提醒： 有虫子钻耳 可滴食用油或酒精

本报讯(记者 周科娜 通讯员 刘春霞) 看到蟑螂，不少人会吓得大叫、躲避。然而，市民王女士却想不到，生平最厌恶的“小强”竟会钻进自己的耳朵。回想起自己的遭遇，王女士仍然心有余悸。

2月28日晚，睡梦中的王女士突然感到左耳一阵钻心的疼，忍不住用手指掏挖着耳朵。她感觉是有只虫子正拼命往里钻。然而，越是用力掏，虫子钻得越“起劲”，最后竟疼得她直打滚。一旁的家人也急得不行，用手电筒向王女士耳内照，想要把虫子引出来。遗憾的是，虫子并未被引出。随着虫子越钻越深，剧烈的疼痛让王女士几近晕厥。眼见各种办法都不起效，家人赶忙将王女士送至龙赛医院耳鼻喉科就诊。

了解了王女士的遭遇后，负责接诊的耳鼻喉科医生王玄立即向她的左耳道内滴入了药水，很快虫子便没了动静。局部麻醉后，医生通过显微镜给王女士实施了外耳道异物取出术。通过窥耳器医生发现，王女士外耳道已严重充血肿胀，一只小虫正卡在耳道与鼓膜之间，待取出后发现是一只长约1厘米的蟑螂。据悉，王女士近期左耳听力会受到一定影响，但能够逐步恢复。

“蚊子、飞虫、蟑螂等都有可能钻入耳道，大部分能在门诊或急诊取出，遇到这种情况首先要镇定，别急着向耳内掏挖。”据王玄介绍，虫子一旦向耳道深处“入侵”时，患者会出现难以忍受的疼痛、奇痒、耳鸣等症状，而虫子触角刺激外耳道、鼓膜有时还会引发条件性咳嗽或眩晕。

随着春季到来，气温转暖，湿气渐增，各类昆虫也开始活跃。当虫子钻入耳道后，随意用手指或用尖锐利器掏耳，不但容易导致虫子更加深入而增加取出难度，还可能因此引发耳道炎症、破损、鼓膜破裂和中耳炎等。“遇到小虫进耳的情况时，可以先往耳朵内滴入食用油、麻油或酒精，将虫子淹死或麻醉来‘固定’住，令其不再深入，之后再行取出比较稳妥。”王玄说，当然最好还是即刻去医院就诊，接受专业治疗。