

# 长期戴耳机会诱发耳石症吗?

本报记者 史尧

小李是一名音乐发烧友,戴耳机听音乐是他生活的常态。最近几个月,他长时间戴耳机后感觉天旋地转、恶心、心慌。虽然这种不适感并不会持续很长时间,但这段时间已经发作了好多次。于是,他上网查阅了相关资料,发现自己的症状和耳石症的症状高度相似,他便得出了结论,长时间戴耳机可能会引发耳石症。长期使用耳机会引发耳石症,小李的结论靠谱吗?近日,记者采访了郑州市中心医院眩晕中心副主任医师陈坤,验证一下小李的推论是否靠得住。

## 耳石症跟眩晕有什么关联?

首先,我们需要了解什么是耳石症。良性阵发性位置性眩晕(BPPV),俗称耳石症,是常见的外周性前庭疾病。这是一种相对于重力方向的头位变化所诱发的、以反复发作的短暂性眩晕和特征性眼球震颤为表现的外周性前庭疾病,常具有自限性、易复发性。大部分为特发性,也可继发于其他耳科疾病或全身系统性疾病。

据陈坤介绍,耳石症主要有“短、动、床”三个特征。“短”意味着发作时间短暂,通常持续时间不超过1分钟;“动”意味着眩晕发作与头位变动有关,如起床、躺下、床上翻身、低头或抬头时发作,平躺不动或坐立不动时不发作;“床”意味着大部分患者的眩晕发作一般与床有关,在床上坐起、躺下、翻身时发作。

“耳石症发作时,除了天旋地转式的眩晕外,往往还会伴随着

恶心、呕吐、心慌、冷汗、血压波动、颈部不适等症状。”陈坤说。

## 耳石症为何会引起眩晕?

据陈坤介绍,耳朵除了能够听到声音,还有一个很重要的功能就是平衡功能。当一个人说头晕时,通常是平衡系统出了问题。平衡系统的临床术语是前庭系统,前庭感受器包含内耳囊、椭圆囊和三对半规管,它们负责接受重力、水平线加速度和角加速度刺激,并传入前庭中枢。其中,椭圆囊内有成分类似石头的碳酸钙结晶,故后者称为耳石,前者称为耳石器。耳石症确切的发病机制尚不清楚,目前公认的学说认为与耳石器中耳石颗粒脱落相关。

“由于头部外伤、手术后(中耳内耳手术、口腔颌面手术、骨科手术等)、中耳炎、病毒感染、年老局部结构退化等,耳石器内的耳石颗粒从原来的位置上脱落,移

位到了别的平衡结构内,从而头位变动时,引起眩晕。”陈坤说。

## 小李的推论有科学根据吗?

回到最初的疑问,小李认为长时间戴耳机听音乐,声音在耳道内的震动,以及密封性较好的人耳式耳机在戴和摘的过程中短时间内产生的耳道气压改变,可能会导致耳石脱落从而诱发耳石症。对于小李的看法,陈坤表示,目前尚没有研究能够证实戴耳机会直接诱发耳石症。

陈坤说,即便是现在比较流行的人耳式耳机,也只能到达我们的外耳道,发出声音经过传导到达鼓膜,鼓膜和耳石器中间还隔着中耳腔等其他结构,因此耳机所产生的空气震动,以及耳道气压短暂性的改变,都不足以让耳石脱落。

“但是,长时间戴耳机的人,往往伴随熬夜、睡眠不规律等不良生活习惯,这些可能间接诱发

耳石症。”陈坤说。由于现在生活丰富多彩,在有些活动中,若发生头部剧烈摇摆以及轻微碰撞等,日后都可能出现耳石症。

此外,长期伏案工作、老年人耳石器官功能减退、缺氧等也与耳石症的发生有密切关系。

## 耳石症如何治疗?

当前,耳石复位是治疗耳石症的主要方法,操作简便,可徒手或应用BPPV诊疗系统完成,效果良好。当出现下列情况时,可考虑药物辅助治疗,合并其他疾病时,应同时治疗该类疾病;复位后仍有头晕、平衡障碍等状况时,可给予改善内耳微循环的药物,如倍他司汀、银杏叶提取物等;因前庭抑制剂可抑制或减缓前庭代偿,故不推荐常规使用。

陈坤说:“对于诊断清楚,责任半规管明确,经过1年以上规范的耳石复位等综合治疗仍然无效且活动严重受限的难治性患

者,可考虑行半规管阻塞等手术治疗。”

前庭复训练可作为BPPV患者耳石复位的辅助治疗,用于复位无效以及复位后仍有头晕或平衡障碍的患者,或在复位治疗前使用以增加患者对复位的耐受性。“如果患者拒绝或不耐受复位治疗,那么前庭复训练可以作为替代治疗。”陈坤说。



→近日,濮阳市油田总医院护理部对2020年新入职的27名护士进行了床旁综合能力考核。考场设在床边,患者就是“考题”,考官在真实场景下综合评价护士的整体护理能力。

陈述明 朱应春 司民权/摄

## 周口市中心血站 开展无偿献血进高校活动

本报讯(记者侯少飞 通讯员刘红建)3月25日下午,周口市中心血站与周口职业技术学院医学院联合举行无偿献血进高校活动。

近两年,高校学子已成为周口市无偿献血的主力军。自去年周口市开展无偿献血进高校活动以来,广大学子积极踊跃献血,周口师范学院、河南科技职业学院、周口职业技术学院共有2653位爱心学子先后累计捐献热血105万毫升,创历年高校团体献血人数新高,有效缓解了因疫情造成的临床用血紧张局面。

统计显示,当天下午,周口职业技术学院医学院共有321位教师与学生参加了此次无偿献血活动。周口市中心血站负责人告诉记者,该血站将继续联系各高校,开展无偿献血知识讲座,设置无偿献血政策宣传栏,将德育、健康教育内容、无偿献血公益宣传与安全血液常识相结合,让学生通过亲身实践,切实感受无偿献血者的无私奉献精神,树立社会责任感。



# 汝州打造健康大数据应用平台

本报讯(记者史尧 通讯员王利豪)3月26日,记者从健康汝州行动工作推进会上了解到,汝州将全方位干预健康影响因素,全周期维护生命健康,全面提升全市人民健康水平。其中,随着健康汝州大数据应用平台的建设和完善,将逐步实现全人类全生命周期的健康信息大数据化。

今年,汝州将促进健康医疗、大数据整合,加快建设以居民电子健康档案、电子病历等为核心的基础数据库,推进居民电子档案及健康档案、电子病历标准与国民体质测定、健康体检以及其他外部数据对接。健康汝州大数据应用平台的建设,将实现医疗集团之间、医疗集团内部、医疗机构与养老机构之间健康数据的共享与互联互通,医院的运营与管理效率将大幅提高,人民群众也能享受到更加便捷、高效的医疗服务,从而实现全人类全生命周期的健康信息大数据化。

汝州还将持续营造安全健康的环境,从基础设施建设、城市精细化管理、软件资料等方面入手,结合常态化疫情防控工作,广泛开展健康社区、健康村镇、健康单位、健康学校、健康家庭等创建活动,构筑健康汝州的新生态。为了实现人民群众健康素养全面提升,汝州将利用报纸、电视、广播和网络媒体等方式增强全市人民群众的健康意识、健康水平,设立健康汝州专题网站,大力宣传健康汝州行动,加快推进健康汝州行动落实,落实15项专项行动,努力推进健康知识进企业、进农村、进机关、进校园、进社区。

此外,围绕加强宣传引导,汝州将全面加强幼儿园、中小学校的卫生与健康工作,加强健康知识宣传力度,提高学生主动防病意识;紧盯重点人群健康,保障妇幼健康,为老年人提供连续的健康管理服务;坚持面向社会普及维护健康知识,开展健康科普活动;鼓励基层医疗机构开展健康管理服务,构建全媒体健康科普知识发布和传播机制,支持电台、电视台和其他媒体开办优质健康科普节目,动员社会各方面力量参与健康知识普及工作。

## 凡人亮点

### 送医下乡途中他不慎摔伤

本报记者 王明杰 通讯员 卢闯

3月19日下午,漯河医学高等专科学校第二附属医院骨科牛俊克医生和同事按照工作安排,驱车前往舞阳县章化乡卫生院开展送医下乡基层活动。

由于路况不好且刚刚下过雨,牛俊克在下车查看路况时不慎滑倒。瞬间,牛俊克感到右腿一阵剧痛,豆大的汗珠从额头渗了出来。身为骨科医生的牛俊克脑中闪过一个念头:“坏了,估计骨折了。”

随后,牛俊克在章化乡卫生院拍片后被确诊为胫骨平台骨折,早已在此等候的120急救车将他接回漯河医学高等专科学校第二附属医院,并于次日上午进行了手术治疗。目前,牛俊克正在康复治疗中。

得知情况的卫生院负责人建议牛俊克先拍片检查,但看着早已在此等候的村医们,为了不影响活动进程,牛俊克坚持完成授课任务后再处理自己的伤情。于是,在同事的搀扶下,牛俊克强忍着剧痛来到会议室,向大家致歉后迅速投入授课中。

腿部的疼痛丝毫没有影响到牛俊克授课,生动翔实的课件,耐心细致的解读,得到在场村医的阵阵掌声。

一个多小时的授课结束后,牛俊克早已满头大汗。在场的村医们都被牛俊克这种忘我奋斗的精神所感动,纷纷伸出拇指为他点赞。

随后,牛俊克在章化乡卫生院拍片后被确诊为胫骨平台骨折,早已在此等候的120急救车将他接回漯河医学高等专科学校第二附属医院,并于次日上午进行了手术治疗。目前,牛俊克正在康复治疗中。

在病床上,牛俊克笑着对身边的同事说:“作为一名骨科医生,我现在才真的体会到骨折患者的痛苦。”

### 她在门诊捡到两万元现金

□王正勤 侯林峰 闪捷

“谢谢您,杨医生。您不仅医德高尚,还是一个拾金不昧的好人……”日前,在焦作市第二人民医院妇科,患者鹿女士手拿锦旗,向医生杨雅梅表示感谢。

原来,鹿女士前几天到该院妇科就诊,由于临时有事着急走,把背包忘在了该院门诊四楼的走廊凳子上。包里有两万多元现金和信用卡等物品,到家后她才想起来丢在了医院了。于是,她心急火燎地返回医院。她到达医院时已是中午,门诊已经下班。等医院下午一上班,她就赶到医院继续寻找。当了解到有人捡到一个包并送到了医院保卫科时,鹿女士赶紧到医院保卫科询问。

“当时,我心里七上八下的,希望包是自己的,还怕里面的钱没了……”怀着忐忑的心情,鹿女士在保卫科见到了自己的包。该院保卫科工作人员通过询问、核实证件信息等,确定背包就是鹿女士的,随后将包还给了鹿女士。

“钱一分没少,包里的东西也没有少。”鹿女士找到背包后心情非常激动,连忙向保卫科工作人员打听是谁捡到了背包,她想当面感谢。得知是该院妇产科门诊杨雅梅医生捡到了背包,鹿女士和家人商量后,做了一面锦旗送到了该院。

面对患者的感谢,杨雅梅说:“这是我应该做的,我相信任何一位医务人员都会这样做的。”

## 科技兴医

### 河科大一附院开展经腹膜外前列腺癌根治术

本报讯(记者刘永胜 通讯员谢雅敏 梁锐)“患者术后6小时便可饮水,术后第1天就可以进流食、下床活动了。”3月23日,在河南科技大学第一附属医院景华院区,说起不久前开展的一例腹腔镜经腹膜外途径前列腺癌根治性切除术,泌尿外科专家李志军自豪地说。

患者70岁,因喉癌术后复查,发现前列腺肿瘤标志物高,就于当地医院。考虑到患者目前咽喉造口状态,气管插管全身麻醉难度大,当地医生建议他到河南科技大学第一附属医院就诊。李志军接诊后,经过相关

检查,确诊患者为前列腺癌。经过详细的术前评估,3月11日,李志军在患者全麻状态下,开展了腹腔镜经腹膜外途径前列腺癌根治性切除+膀胱颈口成形+膀胱尿道吻合+盆腔淋巴结清扫,手术历时两小时顺利完成。患者左侧耻骨后引流管

引流液仅10毫升,右侧耻骨后引流管引流液仅5毫升。李志军说,相对于经腹腔镜前列腺癌根治性切除术,腹腔镜经腹膜外途径前列腺癌根治性切除术具有可提供清晰的解剖学标志和宽大的操作间隙,膀胱、尿道吻合时张力小;可进行标准淋巴结清扫;可减少因腹腔镜途径导致的肠道干扰、术后肠梗阻以及由气腹引起的疼痛等优点。此次,该院独立开展腹腔镜经腹膜外途径前列腺癌根治性切除术,标志着该院泌尿外科微创诊疗水平迈上了一个新台阶,填补了豫西地区一项空白。

### 驻马店市中心医院成功开展中长导管置入术

本报讯(记者丁宏伟 通讯员刘俊召 陈思好)近日,驻马店市中心医院神经内一科成功为一名脑梗死患者实施超声引导下中等长度静脉导管(以下简称中长导管)置入术。这标志着该院在静脉治疗领域又迈上一个新台阶。

78岁的张先生是一位脑梗死患者,外周静脉穿刺困难,且需要较长时间的输液治疗。为了避免频繁穿刺造成血管损伤,医务人员与患者家属沟通后,为患者置入中长导管。医务人员首先对患者进行了血管评估,随后建立无菌区,在超声引导下利用赛丁格技术,成功为患者实施了中长导管置

入术。留置导管长度为26厘米,总用时40分钟。中长导管又叫中线导管,长度20厘米~30厘米,从肘窝处上下两横指常规穿刺或采用B超引导下从上臂置入贵要静脉、头静脉或腋静脉内,导管尖端位于腋静脉胸段或可到达锁骨下静脉。中长导管具有穿刺速度快、安全性较高、维护成本较低等优势,适用于静脉治疗时间预期持续1~4周或外周静脉条件不好的患者。



3月24日,三门峡市疾控中心开展病媒生物种类监测调查,调查对象包括公园、景区绿地草坪、农村农田、家养动物、宠物等。调查结果显示,农田、房上等监测到蝇虫。

刘岩/摄

## 郑州免费筛查卒中和肺癌 将惠及10万人

将惠及10万人

本报讯(记者卜俊成 通讯员周二彬)郑州市正式启动全市卒中危险因素筛查暨肺癌早期筛查项目,将免费为具有郑州市户籍的适龄人群(40岁以上)进行卒中危险因素筛查和肺癌早期筛查(各5万人)。这是记者从郑州市卫生健康委员会召开的2021年全市卒中危险因素筛查暨肺癌早期筛查项目师资培训会上获得的消息。

据介绍,作为今年郑州市人民政府重点民生实事之一的卒中危险因素筛查项目,筛查对象为郑州市行政辖区内40岁以上(1981年12月31日前出生)的郑州市户籍居民,身体状况良好,自愿参加并且能接受相关医学检查者。2019年和2020年已参加郑州市重点民生实事卒中筛查项目的居民不再参加2021年度筛查活动。

自愿参加卒中危险因素筛查的适龄居民可到卫生健康委确定的基层医疗机构进行登记,由基层医疗机构进行卒中危险因素问卷调查和初筛评估,根据问卷初筛评估结果确定高危人

群。高危人员复查及健康管理测评干预工作由郑州市第一人民医院、郑州市第二人民医院、郑州市中心医院、郑州人民医院负责组织实施。

免费筛查卒中危险因素的内容包括身高、体重、腰围、血压测量及神经系统体格检查,以及血糖、血脂、糖化血红蛋白、同型半胱氨酸检查、心电图等辅助检查;复筛至项目定点医院免费进行颈部彩色多普勒血流影像超声检查,进行营养状况测评、心肺运动功能测评等,同时对高危

人员日常生活提出健康管理意见及建议。

同样作为今年郑州市人民政府重点民生实事之一的肺癌早期筛查项目,筛查对象为40岁~75岁(1946年1月1日至1981年12月31日之间出生)具有郑州市户籍的居民,身体状况良好,自愿参加筛查并且能接受检查者。在2020年参加过本项目筛查人群不再参加2021年筛查服务初筛环节。

自愿参加肺癌早期筛查的社区居民可凭本人身份证(或户口本)就近到本辖区承担初筛问

卷评估任务的基层医疗卫生单位登记,经初筛评估,结果为高危人员的由卫生健康委组织,安排高危人员前往选定的县级及以上医疗机构免费进行常规肿瘤标志物、低剂量螺旋CT、肺功能检查等检查。

免费肺癌早期筛查内容包括个人基本信息、生活方式、家族史、既往病史、职业暴露史以及生活史,评估风险等级。复筛至项目定点医院免费进行常规肿瘤标志物检查、低剂量螺旋CT检查和肺功能检查。