

■健康管理及慢病防控系列报道之九十二

□ 本报记者 李颖

年轻人当心“突聋”找上你

今年28岁的佟先生,从事IT三年,天天忙忙碌碌。前一段时间就觉得耳鸣、眩晕,他以为是没休息好,也没放在心上。上周早上起来突然发现左侧耳朵听不见声音了,同时伴有头晕恶心的症状,急忙赶到医院,经诊断,佟先生患的是突发性耳聋。

近年来,到医院就诊的突发性耳聋患者中年轻人的比例明显增加,几乎60%以上的病人都是年轻白领,特别是中青年脑力劳动者、公司职员、学生等群体最易发作。很多年轻人都有同样的疑惑:年轻也会出现耳聋症状?

北京协和医院耳鼻喉科副主任医师蒋子栋教授介绍,突发性耳聋是指突然发生的原因不明的感音神经性听力损失,通常在数分钟或数小时,少数可以在72小时内听力下降至最低点。突聋可以发生在单耳,也可能发生在双耳,有的患者一觉醒来,突然发现自己进入了无声的世界,无论是生理上还是心理上都是严重的打击,它是一种可以致残的疾病。

有关调查显示,中青年商务人士的耳病发病率较高,从近年门诊情况来看,中青年白领发病率有明显上升趋势,尤其是突发性耳聋患者中,70%都是中青年人群,他们患病的直接原因往往与职业特点或不良行为有关。

“突聋”年轻人越来越多

“突发性耳聋又称特发性突聋或暴聋,是耳鼻喉科的一种急症。”中山大学附属第一医院耳鼻喉科陈锡辉教授介绍,患者听觉原本是正常的,在没有任何先兆的情况下突然听不到声音,刚开始时,可能只会感觉到耳朵“嗡嗡”声,或者出现耳闷感及感觉到声音遥远,部分病患开始不在意,直到接听电话,必须换另

一只耳朵才能听到别人说话,才猛然发觉到事情不对劲,因为一个耳朵已经听不见了,这就是突发性耳聋。

“以前突发性耳聋患者很少,现在年轻患者增多,有时一天接诊三四例。”陈锡辉认为,由于担心找不到工作,长期处于焦虑状态,导致睡眠不足,使血管处于紧张状态,造成内耳供血不足,造成耳鸣,严重时会引起突发性耳聋。耳聋虽然常在不知不觉中发生,其实也有先兆征兆,如耳鸣、间断的耳内阻塞感闷等,但一些年轻人以为只是疲劳造成的,往往不加重视,导致听力继续恶化。同样情况也发生在一些白领身上。

近年来,“突聋”的发病率明显上升,且呈年轻化趋势。一般来说,45-65岁之间的人群发病率最高,但近十年发病年龄逐渐下降,就连学龄儿童都有发生。

病毒与压力诱发暴聋

在白领患突发性耳聋人群中,除工作压力大引起血管痉挛、耳朵缺血、突发性耳聋,许多人感冒遭遇病毒侵袭也是致病因素。临床上,这样情况的患病率达20%。

询问病人病史时,发现患突发性耳聋的年轻人喜欢熬夜、工作压力大、长期疲劳、睡眠不足。如果人长期处于压力过大和身心过度疲劳状态,会阻碍内耳血液供应,一旦受到外界刺激则容易导致失聪。蒋子栋表示,“突发性耳聋患者呈年轻化趋势,与年轻人熬夜、压力大和过度劳累有关”。

蒋子栋指出,随着一些基础病如高血压、糖尿病、高血脂等疾病发生率的提高,发病人群的扩大,临床医生普遍发现突聋的发病率上升并趋向年轻化,因此,目前急需开展全国范围内的流行病学研究,发

现突聋的危险因素并进行干预,提倡耳聋在于早防早治。

常用耳塞易突发耳聋

最新公布的临床门诊发现,近年来年轻人中突发性耳聋患者增多,其中有相当部分白领因长时间使用“带电”物品,导致突发性耳聋。其中,长时间用手机、常用耳塞危害最大。蒋子栋透露,一些青年人带高耳机的耳机通宵玩游戏会紧张、兴奋加疲劳;在卡拉OK厅、迪厅高分贝音量下欢唱或可出现突聋。

数据显示,如果100分贝以上噪音只需短短三五个小时就会导致听力永久受损,那么80分贝只要半年也会有此后果,而在六七十分贝环境下,可能潜移默化地带来不可逆的耳聋。因此,专家提醒,年轻人要高度重视听力保健,最好的预防方法是生活工作中少“带电”。不要戴耳塞使用手机或长时间听手机、戴耳机听音乐,尤其要避免习惯用单侧耳;一次用耳不要超过半小时,然后让耳朵彻底休息;睡觉时千万别戴耳机,否则一不小心睡着了,耳朵所受损害将明显增加;最好在安静环境下接听手机、听音乐;必须使用手机、耳机时,应每隔30分钟拿掉,如果佩戴耳机收听MP3等音乐,音量不超过其设计总音量的2/3。

治疗越早效果越好

调查发现,只有约2%的病人听力在发病2周内部分恢复,部分病人听力甚至呈持续性下降。在发现耳朵突然听不见后,许多人并没有选择第一时间就医,反而抱着侥幸的心理,觉得耳朵的听力会恢复,因此错过了最佳的治疗时间。

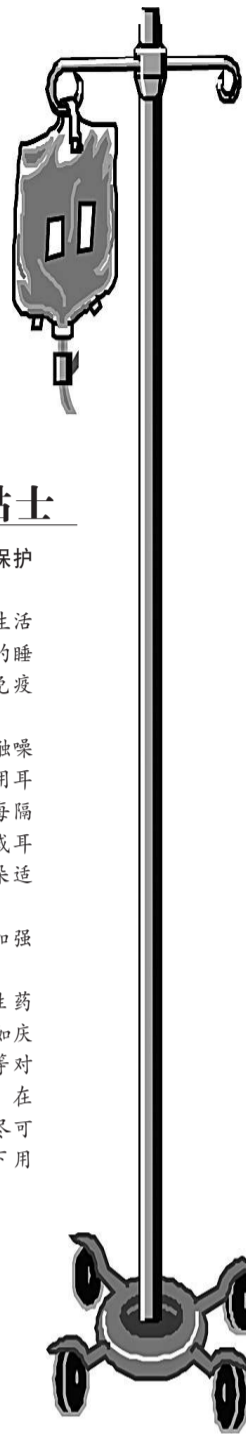
“突聋治疗的效果在于治疗时机,治疗越早,效果越好,对于错过最佳治疗时机的

患者,其听力损失很难在短期内显著提高,进入疾病和治疗的相持阶段。”蒋子栋表示,尤其对于单耳首次发病的患者而言,即使治疗效果不满意,无论医生还是患者都不应该放弃治疗,最大努力的治疗患侧耳朵,同时是在保护对侧的健康耳,在经历一段时间的积极治疗后,口服一些安全、价廉、无副作用的维生素B族类药物和有改善微循环作用的中药成为继续治疗的首选。蒋子栋解释说,一部分突聋患者,尤其是一些听力损失严重并伴有眩晕的突聋患者预后差,即使及时的接受了积极的治疗,仍然无法挽救听力,这是医学发展受人类认识疾病、治疗疾病能力限制的结果。对于重度或者极重度听力损失的突聋患者,通过佩戴助听器或者接受人工耳蜗植入手术,可以重新回到有声的世界。

每年做一次耳部检测

蒋子栋指出,耳部感染往往非常隐蔽,工作生活节奏紧张的白领们大多不在意,以为是身体亚健康状态伴随而来的头痛、精神差、耳朵不“灵便”;还有些患者甚至有些医生会错误的认为,一侧耳朵聋了即使治不好也没有什么,因为还有另外一侧耳朵。事实上,一侧耳朵的突聋,如果没有及时治疗,若干年后部分患者会出现对侧耳聋,表现为听见声音,却无法分辨字句,因此突聋是一种或可能致残的疾病。早防早治对青年人来讲将会受益终生。

另外,专家强调,突发性耳聋预防重于治疗。工作生活都应该有张有弛,避免过劳。忙里偷闲享受一下“慢生活”;“耳聋也可能是全身其他部位疾病连累,如糖尿病、甲低等都有可能是在杀手。”因此,有条件的白领应该每年进行一次耳部检测,如果发现耳部不适要及时就医,这也是预防耳聋的重要手段。



■行业资讯

北京启动五类残疾儿童筛查试点

科技日报讯(记者李颖)记者从北京市卫生计生委了解到,自4月中旬起,北京市卫生计生委联手北京市残联将在石景山区、大兴区开展0-6岁常住儿童视力、听力、肢体、智力和孤独症五类残疾筛查、诊断和康复试点工作,预计覆盖10万儿童。

数据显示,目前我国有0-6岁残疾儿童167.8万人。残疾给儿童及其家庭和社会带来沉重的经济和精神负担,儿童残疾已成为全社会面临的问题和挑战。早期发现、早期干预对预防儿童残疾、减轻残疾程度至关重要。

根据儿童的年龄特点,选用适宜的筛查方法在试点区县基层卫生服务机构进行5种残疾的初筛,在辖区妇幼保健院进行可疑阳性患儿的复筛,对符合转介条件的疑似残疾儿童,将通过绿色通道转诊至北京大学第六医院、北京儿童医院、北京妇幼保健院等评估机构进行最终的残疾诊断评估。确诊的残疾儿童按照相关要求到康复机构开展免费的康复和早期干预服务。

■味食创鲜

固态法小曲酒 机械化酿造工艺成功

□ 本报记者 卢素仙

保健酒是保健食品中特殊的一支,兼具酒的属性和健康的功效。自古以来就有“百药之长”的说法,这种“寓健康于酒”的价值形态抓住了现代消费者的饮酒需求。但多年来,保健酒的基酒——小曲酒的生产工艺却未能迎来“健康”成长。传统作坊式生产的“靠天吃饭”,严重制约了行业的工业化和信息化发展。小曲酒生产工艺的革新一直是白酒行业几十年来的重要课题,劲牌公司首创的“固态法小曲白酒机械化酿造工艺”,让这一梦想成了现实。

2013年11月,劲牌公司完成的“固态法小曲白酒机械化酿造工艺”获得了国家工业和信息化部给予的“整体技术达到国际领先水平”的总体鉴定结论。此鉴定也是工信部科技成果鉴定的最高等级结论。自此,劲牌“固态法小曲白酒机械化酿造工艺”部级鉴定工作已完成。2011年6月,一座现代化的酿酒车间在湖北阳新枫林镇大桥村正式投产。这是劲牌第四座小曲原酒生产基地——枫林酒厂。在这里,整个酿酒生产过程从蒸煮到糖化、发酵,实现了全面机械化,所有物料全部不沾地。枫林酒厂厂长沈永祥表示,千百年来,传统酿酒就离不开“人”,手工制作、人工控制、生产效率低下。能源消耗巨大、体力劳动强度极大。在世纪跨越之时,劲牌提出了把从繁重酿酒体力劳动中“解放出来”的理想。

为了实现这一理想,劲牌人对传统酿酒工艺进行机械化和自动化改造,力求实现机械化、自动化、信息化、智能化。劲牌出资与北京大学、华中科技大学、江南大学等科研院所开展产学研合作。该项目组历时五年,研发出的固态法小曲白酒机械化酿造工艺,成功实现了酿造全过程机械化、自动化、信息化、智能化,达到降低能耗、耗水、耗粮的目的。

“实践是检验真理的唯一标准。”枫林酒厂厂长沈永祥自豪地说,他们生产的主要是清香型小曲酒,实践证明,用机械化生产出来的白酒优质率比以前提高了200%多。

劲牌白酒技术总工程师杨强表示,劲牌与其他酒企最大的不同,就是对酒的品质非常重视,始终把“产品力”放在首位。劲牌的产品力基于产品的“安全、口感、功能、稳定性”四要素,新工艺的可控性、稳定性恰恰促进了劲牌产品力的形成。用机械化、自动化操作系统酿酒,盖箱不用草席,酒糟改用传送带运输,酿酒不再直接与手接触,杂物、汗水也不会掉在原料中,酒质非常安全、稳定,不会因为人和天气的因素而波动。

沈厂长表示,酿酒新工艺颠覆了中国多少年来的传统作坊式酿酒方式,实现了中国白酒生产工艺(主要是固态发酵方面)的现代化,是中国白酒生产方式质的飞跃,具有里程碑式的意义。酿酒新工艺的应用,也是“中国制造”到“中国创造”、“中国智造”的体现,是中国传统工艺现代化的必经之路。

■保健产业新观察

□ 本报记者 吴红月

保健品产品及品牌期待持久公信力

“诚信是健康产业良性、持续发展的基石,是企业发展中无法或缺的无形资产。诚信的约束不仅来自外界,更来自保健行业的自律心态和自身的道德力量”,这是3月30日,在《第五届中国保健品公信力论坛暨第五届中国保健品公信力产品及品牌推选活动表彰大会》上国务院参事、中国保健协会常务副理事长秦小明所发出的倡议。

中国保健品公信力产品及品牌推选活动“每两年举办一届,自2006年以来已开展了四届,8年来四届活动的举办得到了社会各界的广泛关注和参与,参加活动的企业和消费者一届比一届多,活动得到了国家卫计委(原卫生部)、国家食品药品监督管理局、国家工商管理局等政府主管部门的大力支持和认可。中国保健协会副理事长兼秘书长徐华锋表示,此届评选活动始于2013年8月,与以往不同,在保健品公信力产品及品牌的推选活动中把行业信用等级评价工作、企业信誉保证工作进行了有机结合,力图打造以“政府认同、企业自律、消费者认可”为主导的三位一体的信用体系活动。

经过消费者投票结合专家评审,本次公信力推选活动产生了如新华茂、保龄宝双奇润生、中健行嵩珍牌、诺鼎嘉立欣、百岁天下、畅达等100个公信力产品和也牌、四世同堂牌、碧生源牌、康麦斯牌、中脉牌、森山牌、珍奥牌、康佰牌、安

琪纽特牌、雅特牌十大公信力品牌;以及碧生源牌、珍奥牌、森山牌三大保健行业名牌。

本次活动对获得《保健行业企业信用等级评价》AA级以上企业,同时在五届推选活动中获得过三届以上公信力的品牌,作为“中国保健行业名牌”向社会公示后授予“中国保健行业名牌”称号。

此次,中国保健协会在公信力监督平台的基础上,搭建了又一个社会化、透明化、互动化的产品质量安全监管平台,即“中国保健品质量追溯平台”。该平台是一个能够连接生产、检验、监管和消费各个环节,让消费者了解符合品质、安全等生产和流通的过程,提高消费者放心程度和接受消费者监督投诉的信息管理系统。目前,质量追溯平台将保健功能纺织品国家证明商标(标准标识)和保健品“公信力标识”纳入质量可追溯平台予以监督,建立其产品和品牌诚信信息档案,以确保产品与品牌的公信力。中国保健协会副秘书长周邦勇称,通过这一信用体系,完善奖惩制度,全方位提高失信成本,让守信者处处受益、失信者寸步难行,使失信受惩的教训成为一生的“警钟”。

中国保健协会理事长张凤楼指出,《中国保健品公信力产品及品牌推选活动》通过不懈努力,基本形成了企业“信誉保证”,消费者“公信力推选”,政府“信用等级评定”三位一体的诚信体系。

■健康门诊

左心耳“筑堤坝”减血栓防中风

□ 本报记者 李颖

正常的心跳是一种规律而稳定的心律,但也有人的心跳忽快忽慢,杂乱无章没规律,这种心跳叫“心房颤动”简称“房颤”。据统计,目前世界范围内的患者达3350万人,大约每200个人中就有1人患房颤。我国约有800万名房颤患者。

90%血栓形成在左心耳

临床上约20%的中风事件都与房颤有关,35%的房颤患者一生会发生一次或一次以上血栓栓塞事故,致死率达25%。而在非瓣膜性房颤中,90%以上血栓的形成与左心耳有关。

最新统计显示,房颤患者的卒中风险是普通人的五倍。之所以房颤会引发中风,还要从心脏里一个叫左心耳的结构说起。正常人的心脏一张一弛,很有节律,而

房颤病人这种正常的节律被打乱,容易在左心耳形成血栓。

据统计,超过80岁的老人房颤发生率高达10%,而每100个房颤患者中,就有5个会在左心耳形成血栓。阜外心血管病医院心律失常中心主任张澍解释说,房颤之后心房的收缩功能会暂时丧失,血液流动慢了,就容易形成血栓。随着心脏的搏动,血栓会从左心耳中跑出来,就会进入体循环到处游走,如果跑到脑子里就变成了脑梗死,如果跑到心脏血管里,就变成了心肌梗死,跑到肺部,引起肺栓塞……轻者残疾,重者失去生命。“有数据显示,超出87%的中风是由于血栓栓塞,而超过90%的血栓形成起源于左心耳。”

在房颤发作时,左心耳中瘀滞的血液

■快讯

拜耳医药保健将提升在华产能

□ 本报记者 项铮

日前,拜耳医药保健决定将投资约一亿欧元用于大规模提升其北京工厂的生产能力,此项协议由拜耳管理董事会主席马尔金·戴克斯博士在德国签署,时任中国国家主席习近平在德国进行国事访问期间。

据了解,在德国签署的这项产能扩充计划旨在保证高质量产品的稳定供应,以满足中国对于拜耳医药保健治疗心血管疾病及糖尿病等产品的需求。此扩建项目包括全自动物料处理的物流后勤区域、分析实验室和高速包装生产线。“这项投资将使北京工厂成为拜耳医药保健全球最大的处方药包装基地”,拜耳医药保健中国总裁康洛克先生表示:“为中国人民生产可靠、高质量和安全的药品,改善中国患者的健康水平是我们的业务重点。”

拜耳是位居中国市场的第四大跨国医药企业,在



65岁的刘先生,因双侧巨大肾囊肿(囊肿分别是60厘米和70厘米)住进北京医院。日前,北京医院泌尿外科朱刚教授的诊疗团队成功为患者实施了双侧巨大肾囊肿去顶减压术,这种3D单孔腹腔镜手术在北京医院尚属首次。图为朱刚教授(右)在做手术。(贺鹏文并摄影)

形成,预防中风。”复旦大学附属中山医院主任医师、中国科学院葛均波院士说,只要是非瓣膜性的房颤患者,年龄在65岁以上,有糖尿病、高血压、有过中风史,都可以考虑。一般术后两个月,患者就不需要再吃抗凝药了。

有资料显示,做了左心耳封堵术手术后,可以减少90%以上的血栓发生,效果优于抗凝血药。

左心耳封堵系统正式在中国上市

3月20日,波士顿科学在2014中国介入心脏病学大会上宣布其创新的WATCHMAN™左心耳封堵系统正式在中国上市。作为首个经中国国家食品药品监督管理局管理总局批准、目前中国唯一上市的左心耳封堵系统,WATCHMAN™可用于预防左心耳中可能形成的血栓栓塞,降低非瓣膜性房颤患者的卒中风险。这一创新的微创医疗解决方案一直送达中国,从右心房,穿过房间隔进入左心房,固定于左心耳入口处,从而将左心耳腔与左房隔绝,这个塞子的材料和人体组织有高度相融性,就似在左心耳上筑一个“堤坝”,以减少血栓

极易形成血栓或血块,这些血块进入大脑血管,从而增加了卒中的风险。“但在我国,对于该疾病的预防和治疗还存在许多难题。”在2014中国介入心脏病学大会(CIT),大会主席高润霖院士指出:首先,由于起病的隐匿性,许多患者并无明显症状,导致了就诊率较低。其次,部分患者对抗凝药物存在不耐受,有出血事件、依从性和禁忌证的问题,从而无法坚持长期使用抗凝药物治疗。“研究显示,我国发生急性卒中的房颤患者入院前仅有5%接受抗凝治疗。”

“左心耳封堵术”应运而生

如何更有效地防止心脏血栓形成?左心耳封堵术应运而生,目前,这个技术在欧美国家、我国香港地区已经开展。

90%以上的血栓起源于左心耳。左心耳是人体左心房的附属结构,形态各异,有鸡翅型、分叶型、菜花型等。“如果将心脏比作一座房子,心耳就像房子里的小套间一样。”北京安贞医院心内科主任马长生形象地比喻说,房颤时左心耳内血流非常缓慢,更容易形成血栓,即左心耳血栓,这种血栓往往比较大,脱落后会造成致残、致死等严重后果。

“左心耳封堵术,简单地说,就是把带有倒钩装置的自膨胀的镍钛合金“网状塞子”,从患者的股动脉处一直送达心脏腔内,从右心房,穿过房间隔进入左心房,固定于左心耳入口处,从而将左心耳腔与左房隔绝,这个塞子的材料和人体组织有高度相融性,就似在左心耳上筑一个“堤坝”,以减少血栓