

一觉醒来,41岁高管左耳聋了

医生:熬夜很容易引起突发性耳聋

“我的左耳像突然被灌了水一样,闷闷的,听不清。”“一下就发生了,好比电线短路、收音机没调好台,耳朵里一直滋滋作响。”“耳朵里的声音很刺耳,夜深人静时更响,晚上也睡不好。”……

从医将近30年,宁波市第二医院耳鼻咽喉科主任王凯每每在门诊听到这些表述,心里便会“咯噔”一声——这是突发性耳聋(以下简称突聋)的典型表现。突聋有黄金治疗期,治疗上需争分夺秒。突聋本好发于50岁-60岁年龄段人群,但他发现,近年来该病的发病率有上升趋势,发病人群趋于年轻化。过去一个月,该科室收治了十余位突聋的住院患者,最小的才16岁。

突聋发病前有什么征兆?为什么越来越喜欢“招惹”年轻人?生活中又该如何预防?

高管突然耳聋: “世界离我都遥远了!”

41岁的卢先生(化姓)做梦也没想到,自己一觉醒来左耳竟失去了听力。近日,当他匆匆赶到宁波市第二医院耳鼻咽喉科王凯的门诊就诊时,才惊讶地发现,候诊中像他一样突然耳聋的有好几个。

卢先生是一家公司的高管,几个月前刚刚升职。没升职前,拼是工作常态;升职后,卢先生更是自我加压。为了业绩指标,他经常到处出差,加班熬夜是常态,每天处于超负荷工作状态。前不久的一个深夜,他加班后出现左耳耳鸣和耳闷感,整个人感觉头晕目眩,最初以为是疲劳过度,休息一下就好。没想到,次日早上起床症状没有改善,还是头晕得厉害,接电话时还发现,左耳几乎听不见了,“世界离我都遥远了!”

“王医生,我有一大家子要养活,工作不能丢,请你一定要帮我治好!”还没落座,他就无助地向王凯求助。王凯听了他对病情的描述后,心里有了初步判断。经头颅磁共振检查和各项化验,排除脑出血及中风等问题,卢先生随后被诊断为突发性耳聋。

激素冲击、营养神经……住院治疗12天后,卢先生的左耳听力较前略有好转,并已于近日出院。“听力还没完全恢复正常,后期还需要一段时间的巩固治疗。”出院前,王凯叮嘱他一定要坚持治疗,工作上注意劳逸结合。



王凯为患者检查耳朵。

要像重视心梗一样重视突聋

在门诊中,王凯经常提醒患者,要像重视心梗一样重视突聋。“耳朵与其他器官不同,内耳里只有一根血管,堵塞就堵塞了。用通俗的话来说,内耳缺血就像树枝干枯,浇点水营养一下可能还能救回来,但如果完全枯死,就恢复不过来了。”

很多人以为突发性耳聋“病如其名”,是突然发作的,但实际上,突聋可以是一天之内,也可以是几天逐渐地听力下降。“突发性耳聋是突然发生、病因未明的感音神经性听力损伤,主要是因内耳血管痉挛、内耳血管阻塞引起的缺血障碍,使感觉声音的内耳Corti器供

天冷也是突聋发生因素之一

王凯说,目前突发性耳聋的病因尚不明确,一般认为,突发性耳聋与病毒感染内耳血液微循环障碍、头部外伤、自身免疫以及变态反应等密切相关。天冷血管收缩,引起内耳血液微循环障碍等也是突发性耳聋发生因素之一。另外工作生活压力大、精神紧张、情绪刺激、作息不规律、睡眠障碍等可能是突发性耳聋的主要诱发因素。

他特别提到,年轻人发生的突发性耳聋多是不良生活习惯所致,如熬夜、长时间戴耳机、大量高脂饮食等。特别是熬夜,很容易造成内耳血管神经运动失调,引起血管痉挛,从而导致内耳毛细胞损伤,引起突发性耳聋。相比年轻人,老年人听力功能本来就相对弱一些,如果身体过度劳

累,从而影响听力。”他说,突发性耳聋的诊断标准是72小时内至少在2个连续的频率上听力损失 $\geq 20\text{dB}$ 。

“患有突发性耳聋的人,通常会在早上醒来的时候发现自己听不见了。起病时,大多数患者会感觉到一侧耳朵突然听力下降,少数患者会出现双侧听力同时下降的情况。”王凯介绍,就症状而言,突聋也有可能伴随着以下症状中的一种或多种,如耳闷胀感、头晕、耳鸣等等。发现听力下降的时候,一定要及早去医院诊治。一般在7天以内开始治疗的话,效果较好。

累,就更容易患上突发性耳聋。而且一旦发病,症状往往来势汹汹,比较严重。

日常生活中,我们该怎么做才能远离突发性耳聋?王凯给出几点建议:充分休息,避免过度劳累及剧烈的情绪波动;改善不良听力习惯,保持环境安静,避免噪声刺激;有高血压、糖尿病等基础疾病时需积极控制血压、血糖水平。他提醒,现在生活节奏快,压力大,熬夜、过度疲劳,很大程度上提高了突发性耳聋的发病率。因此,工作、学习劳逸结合,避免过度疲劳和紧张,面对压力要注意调整情绪,同时注意保暖等。如突然出现眩晕、耳鸣、耳闷、听力下降等症状,应及时就医。

记者 庞锦燕
通讯员 郑轲 朱晓晖 文/摄

同患乙肝 亲戚离世他却治愈

乙肝并非不可逆,难在坚持

自从5年前李先生(化名)被戴上乙肝的“帽子”,他每天郁郁寡欢,直到他遇到宁波大学附属人民医院(鄞州人民医院)院长、肝病感染科专家许烂漫,经过系统的治疗,他体内的乙肝表面抗原已经转阴,且表面抗体阳性状态已持续超过一年,真正实现了乙肝临床治愈,成功“摘帽”。

2019年,30岁出头的李先生在一次体检中查出慢性乙肝,他一直犹豫着要不要治疗。直到他的一位亲戚因同样的疾病发展为肝硬化,最终不幸罹患肝癌去世,才真正引起重视。于是,他带着忐忑不安的心情,找到了许烂漫主任医师。

许烂漫为其安排了肝穿刺。结果显示肝脏出现点灶状坏死,意味着肝脏已经出现局部炎症,加上已经有亲戚肝硬化肝癌去世的家族史,属于高风险人群。许烂漫为其制定了个性化最优治疗方案,先口服抗病毒药物。李先生规律服药,按时复查,各项指标和结果越来越好,乙肝表面抗原从2020年的1000多降到了80多,达到了乙肝临床治愈“优势人群”标准。也就是说,只要李先生规律治疗,很有可能实现乙肝临床治愈。

这个消息无疑是一剂强心针,让李先生对于治疗更有信心。接下来开始口服抗病毒药联合长效干扰素治疗,从2024年1月开始,经过10个多月的坚持多靶点治疗,李先生迎来了令人欣喜的复查结果:他的乙肝表面抗原成功转阴!为了巩固治疗效果并增强表面抗体,李先生严格遵循医嘱。最新的检查结果显示,他真正实现了乙肝临床治愈。

“在很多人的认知中,乙肝很难治愈,会伴随人的一生,其实不然。”许烂漫介绍,乙肝是一种由乙肝病毒感染所致的血源性传染病,主要通过血液、体液、性接触及母婴传播等途径。我国乙肝母婴传播途径常见,而婴幼儿感染90%以上可发展为慢性乙肝,很难清除,加上乙肝病毒在抗病毒治疗过程中容易变异耐药,影响治疗效果,严重阻碍乙肝的治愈。

记者 陆麒雯 通讯员 郑瑜 张波



医生诊治乙肝患者。资料图片

分类信息

职场招聘 声明公告
商务信息 法律服务
海曙区, 梁祝街62号(都市仁和中)20楼2011室
鄞州区, 宁东路901号宁波报业传媒大厦一楼

刊登热线:

56118880
56118885

法律服务

●继承、房产、经济纠纷 87295238

声明公告

刊登热线:
56118880

减资公告

经公司股东会决议,拟将注册资本由3150万元人民币减至150万元人民币,并按有关规定办理减资手续。

特此公告

宁波元元伟业服饰有限公司

注销公告

经股东会决议,本公司决定注销,同时成立清算小组,并按有关规定办理工商注销手续。

特此公告

浙江涌星产业发展有限公司