



科学爱耳护耳 实现主动健康

市一院开展生命全周期关爱耳朵健康行动

健康浙江建设（行动）宣传专栏

本报讯（记者辛雨吟 通讯员王凌云 周悦纳）今年3月3日是全国第24个爱耳日，为加强全民科学爱耳护耳知识普及，增强公众主动守护健康意识，温岭市第一人民医院特开展“3·3”爱耳日宣传活动。在此期间，市一院围绕全生命周期耳疾患者关心的问题，开展群众喜闻乐见的科普宣教活动，答疑解惑、纾困解难。

根据不同年龄段可能会出现的不同病症，市一院安排了多位专家进行多种形式的健康科普，从新生儿听力筛查到老年性耳聋诊治，医院真正实现了全生命周期耳健康科普及医疗服务。

关注新生儿， 听力健康从小开始

在市一院出生的每一位新生儿，出生2~7天内会接受听力筛查，如果第一次筛查不通过，医生会建议在出生四十二天后进行复查，如果第二次检查时仍不通过，就要进行详细检查，排除先天性耳聋。此时需要耳鼻咽喉科医生开展专科检查，包括听力学诊断和基因诊断；自2022年开始，医院开展了婴幼儿水合氯醛灌肠镇静下听力诊断，目前已完成十余例；依托于管敏鑫工作站，免费为我市耳聋患者开展基因诊断，目前已完成100余例。

对于一些人群中出现的招风耳、杯状耳、垂耳、隐耳等耳廓形态畸形，市一院耳鼻咽喉科开展无创耳廓矫正，为新生儿时期（出生后3~21天）的宝宝佩戴耳廓矫形器，让耳软骨自行按正确方式延展生长，避免耳廓形态畸形对儿童颜值甚至心理产生不利影响。

科学爱耳护耳， 预防听力损伤

在儿童发育过程中，会有一些疾病对听力造成影响。医院耳鼻咽喉科主任医师汪文斌根据不同年龄阶段分别作出了全面介绍。儿童咽鼓管具有短、平、宽的解剖学特点，所以容易患中耳炎，是引起儿童听力减退的重要原因之一，经过积极治疗后一般都能治愈。汪文斌说。同时，他也指出，儿童中耳炎容易反复，所以平时要增强体质，减少上呼吸道感染。

3月3日上午，医院耳鼻咽喉科副主任医师张祥文来到温岭市九龙学校，为三年级的小朋友们上了一节生动的科普课。课上，大家闭眼聆听，仔细辨别音频中出现了哪些小动物的声音。这是猫！我知道，刚才的是小狗！不对，这是鸡！所有的人都积极、踊跃举手，张祥文用发放小



礼物的方式激起大家的兴趣，鼓励他们思考。随后，他便开始介绍儿童分泌性中耳炎的相关知识。

儿童的生长发育会受听力影响，所以我们采取了科普课堂的方式，让儿童和家长都重视起来，避免进一步造成危害。张祥文说。在日常的门诊工作中，他经常遇到家长反映，孩子注意力不集中、反应迟钝，看电视声音比平常开得更大，这时家长需要警惕，留意孩子是否被分泌性中耳炎困扰。

对于成人来说，影响成人听力常见的疾病是外耳道、中耳的炎症以及突发性耳聋。平时应该尽量避免耳朵进水，不要用棉签等挖耳，减少外耳、中耳炎症的发生。一旦出现耳痛、耳痒、耳流脓等症状，应及时积极治疗。市民在日常生活中还要警惕突发性耳聋的发生，如果有突发的听力下降、耳闷、耳鸣、耳周麻木感，应积极到医院诊治，因为突发性耳聋的黄金治疗时间为72小时。汪文斌表示。

关爱老年人， 预防老年性耳聋发生

对于老年人的听力关爱，近日，医院社工部组织医护团队，赴石塘镇海港村文化礼堂开展医疗帮扶义诊活动，把健康送到群众家门口。

义诊内容丰富、涵盖面广，受到了海港村村民的热烈欢迎。活动现场，来自医院耳鼻咽喉科、心血管内科、神经内科、胸外科、眼科等科室的十余位医护专家，针对老年人间常见的听力、心脑血管多发疾病、肺小结节疾病等提供问诊咨询，开展多项检查治疗。此外，义诊团队还为海岛民



免费送药，共服务近150人次。

此次义诊将老年性耳聋诊治与其他疾病相结合，引导老年患者学习听力健康知识，定期进行检查，主动就医接受医学诊断，不仅让村民树立科学的防病治病观念，也让大家明白养成良好的健康管理习惯的重要性。

防聋治聋，精准服务

引起耳聋的原因很多，约60%的耳聋与遗传因素有关。在耳聋方面，市一院开展了相应的科研工作：自2008年开始就与浙大遗传学研究所管敏鑫教授合作，2020年建立管敏鑫知名专家工作站，致力于耳聋的基础研究和临床转化；截至目前，共申请到省级课题、台州市级及温岭市级课题各一项，发表SCI期刊3篇，一级杂志1篇。

在预防耳聋方面，汪文斌建议母系遗传的患者不要使用氨基糖苷类药物等耳毒性药物，避免耳聋的发生。对于两个耳聋的青年男女，他建议恋爱前先检查一下耳聋基因，携带相同耳聋基因的青年男女尽量不要相恋、结婚。耳聋的父母生育前，建议进行耳聋基因诊断，可以选择不携带耳聋基因的受精卵植入，从而减少耳聋的发生。

此次生命全周期关爱耳朵健康行动成功地培养了群众的爱耳意识，让他们开始主动关注耳朵健康，养成科学用耳行为；在家庭、公共场所等自觉减少噪声排放，形成良好的生活习惯和生活方式；主动预防噪声污染、耳毒性药物等有害因素对听力造成伤害；树立耳聋防治理念和信心，努力成为自己听力健康的第一责任人。

图片由通讯员 周悦纳提供

医者仁心，助力老人渡过难关



本报讯（通讯员蒋小云 梁美丽文/图）医务员的幸福感来自哪里？或许就来自患者真诚的感谢中。日前，台州市中西医结合医院关节外科的医护人员收到了一面锦旗，满满都是患者诚挚的谢意。

家住泽国镇的李阿婆最近不小心摔倒，右腿疼痛不已，右髋部肿胀，连站立和行走都十分困难。面对这一突如其来的遭遇，李阿婆难过极了，心想自己会在床上度过很长一段时间，她的家人也焦急万分，将李阿婆就近送往台州市中西医结合医院接受

治疗。到达医院后，拍片结果显示右股骨颈骨折，关节外科主治医师颜灵松建议立即安排住院手术治疗，由关节外科主任陈榆和团队为李阿婆开展手术。

术后，李阿婆恢复良好，第三天就在颜灵松的耐心指导下借助助行器下床走路，并在术后十几天就出院。李阿婆和家人欣喜万分，由衷感谢在院期间医护人员传递的温暖和悉心照顾。

一次再平凡不过的诊疗和再小不过的举动，却实实在在温暖了一位耄

耋老人的心。我们只是做了应该做的事，也会一如既往践行医护人员的温暖治疗和守护。关节外科的护士说。

关于股骨头置换术，陈榆表示要视患者的具体情况决定：假体在人体内的使用寿命为10~15年，如果年龄相对较小则不建议进行。例如一名患者在45岁进行了置换，则当患者60岁时还需再次置换，所以不建议过早开展。对于年龄小于65岁的患者，可以优先考虑做内固定手术。

图为颜灵松指导李阿婆使用助行器。

这一刻，等了两年多 辗转多家医院未果，这回可算治好了

本报讯（记者辛雨吟 通讯员周悦纳）感谢林主任和陈医生！这两年我过去无数医院，折腾了这么多趟都没变化，这次彻底治好了我的病，再也不用担心眼睛眨得睁不开了！日前，58岁的蔡女士即将出院，在市一院病房，她一边整理自己过去看病的检查单一边感慨地说。厚厚一叠检查单，却只是她求医以来的一小部分。

小到眼部检查，大到核磁共振，像这样的检查单子，家里还有很多。蔡女士说。原来，她从2020年开始出现频繁眨眼的情况，为了找到

病因，她前前后后在眼科、神经内科、中医科等科室就诊，被告知可能是颈部脊柱神经受到压迫导致。该做的检查和吃过的药多到数不清，甚至还在眼部注射过肉毒素，但症状并没有得到任何缓解。

今年年初，蔡女士偶然得知自己

患的

可能是面部神经相关疾病，在疼痛科可以就医。从来没想到眨眼还和疼痛科有关系，所以也就忽略了，幸亏这次找对了原因。2月，蔡女士来到市一院疼痛科找到林宪法医生，通过症状描述和各类检查分析，林宪法诊断其为梅杰氏综合征，需要手术根

治疗。梅杰氏综合征属于局限性肌张力障碍疾病中的一种，患者主要表现为眼睑痉挛以及口、下颌部肌张力障碍，初期表现为眼干、畏光、眨眼频繁，会逐步发展为不自主的眼睑闭合，同时伴有不自主的咧嘴、张口、呲牙、伸舌，严重者会因上述动作频繁而出现下颌脱臼、牙齿磨损，影响发声和吞咽。

你的情况其实没有这么复杂，我们可以通过手术解决，治疗原理就是将导致眨眼的神经找到，阻止它对眼睛的牵扯，就不会带来频繁眨眼的

困扰了。林宪法解释了治疗原理。

手术当天，在治疗团队的默契配合下，蔡女士的眨眼频率开始降低，逐渐趋于正常，生活也回归了正常，这一刻，她和家人等了两年多。而这份手术在台州市内也属首例，为日后相关病症治疗提供了思路。

许多患者都难以想象眨眼会和面部神经有关系，可能都以为问题只出在眼睛上，或者是由其他颈部疾病导致，所以很容易误诊。如果能及时找出病因，就能快速解决，对症治疗，恢复也是比较快的。林宪法说。

健康中国行动

2023年工作要点

2023年健康中国行动的总要求是：以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的二十大精神，认真落实党中央、国务院决策部署，落实《国务院关于实施健康中国行动的意见》要求，持续推动实施各项行动，确保各项任务目标如期实现，全方位、全周期保障人民健康。

健全完善工作机制。一、召开健康中国行动推进委员会办公室会议，定期召开工作调度会议（健康中国行动推进办负责）。

二、组织开展健康中国行动2022年监测评估和考核工作（健康中国行动推进办负责）。

三、组织开展健康中国行动2022年专项行动工作组年度工作评价（健康中国行动推进办负责）。

四、建设完善健康科普专家库和资源库，贯彻落实《全媒体健康科普信息发布和传播机制的指导意见》，深入推动健康科普规范化（国家卫生健康委牵头负责）。

制訂印发政策文件。一、发布《成人高脂血症食养指南》《成人高血压食养指南》《儿童青少年生长迟缓食养指南》《成人糖尿病食养指南》（国家卫生健康委牵头负责）。

二、推动出台《国家步道体系建设总体方案》《关于推进体育助力乡村振兴工作的指导意见》（体育总局牵头负责）。

三、加快食品安全标准修订工作，完善强制性产品认证、绿色产品认证和食品农产品认证制度，持续推进营养健康标准体系建设（农业农村部、国家卫生健康委、市场监管总局按职责分工负责）。

四、印发《全面加强和改进新时代学生心理健康专项行动计划（2023-2025年）》《疫情形势下学生突出心理问题防治工作实施方案》（教育部牵头负责）。

五、推动出台空气质量持续改善行动计划，印发国家环境健康管理试点工作方案，研究起草系列环境健康风险评估基础标准（生态环境部牵头负责）。制定《环境卫生工作规范》《消毒工作规范》（国家疾控局牵头负责）。

六、发布《中国食物与营养发展纲要》（农业农村部、国家卫生健康委按职责分工负责）。

七、印发《出生缺陷防治能力提升计划（2023-2025年）》《加速消除宫颈癌行动计划（2023-2030年）》《生殖健康促进行动方案（2023-2025年）》《基层儿童保健门诊标准建设规范》（国家卫生健康委牵头负责）。

八、印发《全国地方病防治巩固提升行动方案（2023-2025年）》《全国寄生虫病防治行动计划（2023-2025年）》《实现消除血吸虫病目标行动方案（2023-2030年）》（国家疾控局牵头负责）。

九、编制《口岸公共卫生核心能力动态管理办法》（海关总署牵头负责）。

扎实推进重点工作。一、组织开展健康中国行动典型经验案例征集工作（健康中国行动推进办负责）。

二、坚持关口前移，深入推进实施全民健康生活方式行动，积极开展“三减三健”行动（国家卫生健康委、体育总局、全国总工会、共青团中央、全国妇联按职责分工负责）。

三、继续开展疫情防控和疫苗接种等健康科普，普及文明健康生活方式，增强群众自我防范意识和防护能力（国家卫生健康委、国家中医药局、国家疾控局按职责分工负责）。

四、持续推进健康中国行动宣讲员队伍建设（健康中国行动推进办负责）。

五、以2023年全国科普日活动、全国科技活动周为载体，结合卫生健康节日纪念日，持续推进健康科普行动。开展新时代健康科普作品征集大赛，开展全国大学生暑期健康专项等活动（科技部、国家卫生健康委、国家中医药局、国家疾控局、共青团中央、中国科协按职责分工负责）。

六、部署加强学校食品安全和营养健康工作，完善校园食品安全管理体制（教育部、国家卫生健康委、市场监管总局按职责分工负责）。

七、举办第一届全国全民健身大会，实施新时代全民健身场地设施提升工程（体育总局牵头负责）。

八、组织做好2023年青少年烟草流行监测和控烟干预工作（国家卫生健康委牵头负责）。

九、巩固无烟党政机关、无烟医疗卫生机构、无烟学校建设成果，倡导无烟家庭建设，举办无烟赛事（教育部、国家卫生健康委、体育总局、全国妇联按职责分工负责）。

十、严厉打击通过互联网销售烟草制品（含电子烟和类烟产品）和向未成年人销售烟草制品的违法行为，保护未成年人免受烟侵害（教育部、市场监管总局、广电总局、国家烟草局按职责分工负责）。

（文章来源：国家卫生健康委）