

# 助听器不仅辅助听力，还有利于老年人走出封闭

针对老年听力下降，家人应积极为听损或听障的老年人提供科学、有效的听力康复方案，积极劝说老人进行听力检查，如有需要则应验配助听器。因为这不仅能提高老年人的生活质量，更让整个家庭更美满。



要高性能助听器，以达到最佳助听效果。如果助听器可调控的频率通道数过少，助听器输出强度无法精准匹配各频率听力损失不一致的特点，就可能出现部分频率刺激过度而部分频率刺激不足，导致老人的使用体验差、抱怨多，甚至对助听器产生负面情绪。

## 选择合适的助听器 让老人的生活更有质量

老年人选择助听器应以佩戴舒适、操作方便且不需要经常维护为前提。上海市第一人民医院耳鼻喉头颈外科副主任医师英信江介绍，老人由于手指灵活度、视力均有不同程度的下降，一般耳背式助听器或耳内式助听器更加适合老人操作、佩戴。

耳背式助听器外形纤巧，有一个弯曲成半圆形的硬塑料耳钩挂于耳后。耳背式助听器功率较大，相对比较易清理、好保养及好操作，性价比比较高。

耳内式助听器外形更加精巧，可依据老人的耳甲腔或耳道形状专门定制，使用时直接放在耳甲腔或耳道内即可，不需要任何电线或软管。但耳内式助听器功率相比不是很高，仅适用于轻度、中度及重度听力损失的老人使用，而且要求佩戴者不曾患中耳炎。

此外，骨传导助听器也是目前比较常见的助听器。它不像传统的助听器一样通过耳道将声音传送到内耳，而是通过振动人的头骨来直接刺激内耳，从而使老人能够听到声音。骨传导助听器采用不入耳的佩戴方式，佩戴后耳道依旧畅通舒适，长时间佩戴也不会难受。因此它的最大优势就是保持耳道的通畅和卫生，长期佩戴耳道不会有闷热感和堵塞感。但骨传导助听器也有一些缺点，如需要更多的时间来适应使用，可能会造成声音质量的下降等。对于一些更严重的听力损失，传统的听筒式或耳塞式助听器可能会更适合。

为达到最佳使用效果，老年人在使用助听器时应注意以下几点：

- 1. 正确佩戴：**助听器需要正确佩戴才能达到最佳效果，耳塞需要插入耳道并旋转使其适配耳道。
  - 2. 适度放大：**助听器的音量不应该过大，否则容易造成耳膜损伤。
  - 3. 避免噪音干扰：**助听器容易受到周围噪音的干扰，可以使用背景噪音抑制型助听器或避免在嘈杂的环境中使用。
  - 4. 定期清洁：**助听器需要定期清洁，保持耳塞和机身的清洁和干燥，避免积累灰尘和污垢影响效果。
- 医生提醒，面对老年性听力损失患者的听力障碍及言语交流障碍，及早进行精细化听力测试及高性能助听器选配，不仅能提高可听度，防止听觉剥夺，还能在噪音环境下提高频率解析能力等。另外，学习掌握助听器性能，也是实现最佳聆听效果的重要一环。

## 未来的助听器值得期待

随着科技的进步，助听器也在不断发展和创新，将为老年人提供更多的便利和支持。

- 未来，老人助听器可能会具备以下特点：
- 1. 智能化：**老人助听器可以与智能手机和其他智能设备连接，提供更多的功能和服务。
  - 2. 可穿戴式：**老人助听器可以设计成可穿戴式，更方便携带和使用。
  - 3. 定制化：**老人助听器可以根据老年人的听力和健康状况进行定制，提供更精准的听力支持。
  - 4. 人工智能：**老人助听器可以使用人工智能技术，提供更智能化的语音识别和噪音抑制功能。

相关链接

中国妇女报全媒体记者 张坤

78岁的邱奶奶身体健康、腿脚灵活，也没什么基础病，但她却因为耳朵背而很少出门活动，即便是必须下楼买菜时，也几乎不和院子里围坐聊天乘凉的邻居们打招呼。她怕自己因没听清别人说什么瞎打岔而引起尴尬，总是低头迅速经过人群匆匆回家。

## 老年人听力下降易导致自我封闭甚至痴呆

由于身体各项生理机能的退化，听力状况也会由于生理机能、日常生活习惯、生活环境等而日趋下降衰退，越来越多的老年人像邱奶奶一样，饱受着听力下降的痛苦。首都医科大学附属北京友谊医院主任医师陈钢介绍，科学研究表明，除了全身与耳部疾病所致之外，老年性听力下降与以下几点有关：听觉系统的“老化”与衰退；遗传因素；外在环境因素，如长期高强度噪声接触以及耳毒性药物使用等。

和听不见相比，其实这些老人的内心更加痛苦。因为听力除了具有警觉保护功能之外，最重要的功能是与他人交流。如发生听力明显下降，必然导致日常言语交流受到影响，而这会大大影响老年人的生活质量和心理健康。

老年人听力下降的危害会引起以下危害：  
**沟通障碍。**对于老年人来说，听力损失会造成沟通不畅，如谈话时老打岔，答非所问，或担心老是要求对方重复而减少交流，逐渐被隔离于社会之外。

**自我封闭。**听力损失的老年人因无法正常与他人交流，容易变得抑郁、多疑甚至自我封闭。

**言语能力退化。**长期听力损失会造成老年人语言能力退化，讲话口齿不清。听力下降的时间越久，听觉中枢对一些词语的记忆就会越来越模糊，乃至到后来就完全没有记忆了。

**老年痴呆。**听力下降会让老人的社会交流变得越来越少，大脑接受的良性刺激减少，会增加痴呆的发病风险。

陈钢表示，老年人听力衰退，通过戴助听器可以做到尽可能不影响沟通，但不少老年人

却不愿意这么做。这是因为，传统上一般认为随着年龄增加，听力下降是老年人的必然现象，所以发生听力下降后基本就会被动接受，而佩戴助听器是将自己的“老化”昭然于众，老人们不太能接受。

陈钢认为，这种现象背后蕴藏着如何积极应对听力老化及如何树立康复理念的问题。2001年《世界卫生组织对功能、残疾和健康国际分类标准》中强调了“生物-心理-社会”理念，残障康复需要注意相关的社会问题。针对老年听力下降，家人应积极为听损或听障的老年人提供科学、有效的听力康复方案，积极劝说老人进行听力检查，如有需要则应验配助听器。因为这不仅能提高老年人的生活质量，更让整个家庭更美满。毕竟，跟长辈日常沟通不畅，很容易积聚怨气和火气，进而影响家庭关系。

## 戴助听器不会导致听力下降 专业听力测试至关重要

大量研究显示，对于听力下降的老人



# 阿司匹林能不能和降压药一起服用？

安全用药

王星

经常有患者问：降压药和阿司匹林能不能一起吃？作为心脑血管科医生，我的回答是：阿司匹林肠溶片和降压药可以同时服用，但需要注意几个问题，否则易造成严重后果。

高血压是心脑血管疾病的独立高危因素，心脑血管疾病的患者中有很多是合并高血压的患者。因为高血压是动脉粥样硬化的一个重要高危因素，我们之所以要控制高血压，目的就是减少心脑血管疾病的发生。有效地控制高血压，能降低心肌梗死发生率20%~30%，降低脑中风发生率30%~40%，足见高血压和心脑血管疾病的关系。

同时服用阿司匹林和降压药是心脑血管疾病常见的治疗方案。一般来说，阿司匹林肠溶片建议空腹服用，可以早起空腹服用，也可以睡前空腹服用。这样做的好处是，阿司匹林肠溶片能够顺利通

过没有食物的胃，抵达肠道，这样对胃的刺激更小。

而降压药一般也是建议早晨服用，因为早晨服用有几个好处：控制晨起血压过高，降低心脑血管疾病风险；一天一次降压药，早晨吃让全天血压更平稳。需要注意的是：对于高血压患者，如果血压过高时服用阿司匹林会增加脑出血的风险，所以如果心脑血管疾病患者合并高血压，则一定要监测血压。如果血压过高暂时不能吃阿司匹林，必须把血压降到安全水平再继续吃。

此外，还须长期观察阿司匹林的副作用。阿司匹林最常见的副作用就是消化道出血，所以要长期观察大便颜色，大便变黑一定要及时就诊。定期复查血常规也要牢记，发现出血点要及时就诊。

吃降压药不是万事大吉，除了观察降压药的副作用，还要坚持监测血压。此外，无论是高血压还是心脑血管疾病，都必须长期坚持健康的生活方式。



## 国家医保局：明确纳入医保支付的耗材范围

近日，国家医疗保障局发布《关于做好基本医疗保险医用耗材支付管理有关工作的通知》。

《通知》指出，要夯实医保支付管理基础，推进医用耗材分类和代码统一，明确纳入医保支付的耗材范围，逐步实行医保通用名管理。要加强医保准入管理，坚持“保基本”的功能定位，将临床必需、安全有效、价格合理的医用耗材按程序纳入医保支付范围。

原则上，临床价值不高、价格或费用远超基金和患者承受能力的医用耗材以及非治疗性康复器具等不得纳入医保支付范围。要稳步推进医用耗材目录准入管理，规范医保目录确定程序，建立健全动态调整机制。

《通知》要求，要完善医保支付政策，统筹优化支付政策，逐步淘汰单纯依据费用水平分段支付、“一刀切”的定额或限额支付等较为粗放的政策。要稳妥有序推进支付标准工作，协同推进支付方式改革。（肖健）

## 新冠病毒EG.5变异株致病力无明显变化

日前，国家疾病预防控制中心针对新冠病毒EG.5变异株进行了科普问答。

问答表示，EG.5变异株为奥密克戎XBB.1.9.2的一个亚分支，有传播能力和免疫逃逸能力增强的特点，但未发现其致病力明显变化的证据。

新冠病毒流行株中EG.5变异株占比呈上升趋势，从4月的0.6%增长至8月的71.6%，目前已在我国绝大多数省份形成优势流行，未来一段时间内很可能继续保持此趋势。（王立）

## 国务院：加快生物医药领域外商投资项目落地投产

近日，国务院发布《关于进一步优化外商投资环境加大吸引外商投资力度的意见》。（以下简称《意见》）。《意见》从提高利用外资质量、保障外商投资企业国民待遇、持续加强外商投资保护、提高投资运营便利化水平、加大财税支持力度、完善外商投资促进方式等方面提出24条具体措施。

《意见》第一条指出，要加大重点领域吸引外资力度。支持外商投资在华设立研发中心，与国内企业联合开展技术研发和产业化应用，鼓励外商投资企业及其设立的研发中心承担重大科研攻关项目。在符合有关法律法规的前提下，加快生物医药领域外商投资项目落地投产，鼓励外商投资企业依法在境内开展境外已上市细胞和基因治疗药品临床试验，优化已上市境外生产药品转移至境内生产的药品上市注册申请的申报程序。（新乐）

季节防病

## 秋天，警惕轮状病毒伤害宝宝



秋天来了，出现呕吐、腹泻症状的宝宝又多起来了。有经验的父母会知道，这大多是轮状病毒急性胃肠炎（俗称轮状病毒腹泻或秋季腹泻）惹的祸。轮状病毒看不见、摸不着，它是全世界0-5岁宝宝严重拉肚子的罪魁祸首。一年到头都有小宝宝被它感染，但是秋冬季节，它的攻势更加猛烈。

轮状病毒主要通过粪口途径传播。感染轮状病毒的宝宝（成人也可以感染，成人症状一般较轻）的排泄物（或呕吐物）里有大量轮状病毒，如果吃的、喝的、用的被带病毒的排泄物（或呕吐物）污染了，比如手、衣物、用具等，轮状病毒就会直接或间接传染给其他人。

通常感染轮状病毒的宝宝会先吐后泻，三多一少。患病的宝宝最初出现呕吐，之后出现不同程度的腹泻，多伴发热，严重时出现大便量多、水多、次数多而小便量少的临床特征。

被感染的宝宝一般不会太严重，适当补水，可以不药而愈。但腹泻（呕吐）严重时不可忽视，要及时就医，宝宝会因为脱水严重导致休克，甚至死亡，尤其是小于1岁的宝宝。少数小宝宝感染轮状病毒后还会并发心肌炎、惊厥和肺炎等，也要引起重视并及时就医。

**预防轮状病毒该怎么做？**  
目前尚无特效抗轮状病毒的药物。因此，接种轮状病毒疫苗是预防轮状病毒急性胃肠炎最有效的措施。另外，宝宝及宝妈宝爸们（包括宝宝的看护人）要养成良好的卫生习惯，尤其是注意手卫生，不用脏手触摸口、眼、鼻和食物等；不要让宝宝吃手，及时清洁宝宝的手；注意家庭卫生，室内常通风，宝宝的餐具（奶瓶、碗、勺等）使用前需清洗干净，衣被、玩具等要勤换洗；鼓励和支持母乳喂养；被轮状病毒污染的物品，可通过高温、消毒剂或阳光暴晒等方式彻底消毒。（中国疾控中心传播中心 供稿）