

警惕职业性噪声聋 小心长期高强度噪声偷走听力

□衣晓峰 郭瑞芳 本报记者 刘菊

噪声污染已不仅仅是环境公害,更是严重的公共卫生威胁。长期的高强度噪声暴露往往对作业工人形成最直接的听力系统损伤。早期暴露于高强度的噪声可能产生听觉疲劳和耳鸣,离开噪声环境后有望逐渐恢复。如长期处于噪声环境且无防护措施,则会酿成高频听力下降;随着受损程度的加重,患者除了高频听力继续下降之外,语言频段的听力也会受到干扰,即呈现为语频听力障碍,也就是职业性噪声聋。



扫码关注
“龙江职业健康”公众号,获取更多职业健康科普知识

噪声危害是一个世界现象

在一项最新发表的学术报告中,来自丹麦的学者研究了道路交通噪声、轨道交通噪声与痴呆间的关系,发现这两种噪声10年平均高暴露率,明显增加了全因痴呆的患病风险。而根据世界卫生组织(WHO)的报告,噪声会催生认知功能障碍,WHO将环境噪声对健康的影响量化成健康生命年,在西欧,仅交通噪声每年就造成100万健康生命年的损失。因此国内外专家呼吁,通过规范交通和建筑设计来减少噪声,应该成为一个公共卫生的优先事项。

另据WHO发布的《世界听力报告》显示,全球有15亿人患有听力损失,其中至少4.3亿人需要康复干预。若不加以控制,预计到2050年,这一数目可能会增长到25亿。源自美国噪声的调查数据显示,暴露在噪声下的作业工人约有2200万。而欧洲约有20%的工人,有一半甚至更长的时间停留在高强度环境噪声中工作。据估计,我国在超标噪声环境下劳动的工人大约有1000万左右,患有不同程度听力损伤的工人约100多万,说明我国的职业噪声危害治理状况尚有待改进。

什么职业最易受噪声影响

今年的4月25日至5月1日,是全国第20个《职业病防治法》宣传周,活动主题是“一切为了劳动者健康”。在宣传周到来之际,黑龙江省第二医院暨黑龙江省劳动卫生职业病研究院副院长宋莉教授在接受媒体采访时指出,当前各种噪声所致的听力损伤病例正在快速增长,各个年龄段都会被殃及,道路交通、建筑施工,特别是源于工业生产的噪声极易严重损毁听力,还可罹患慢性疲劳综合征和心脑血管病等多种疾病,因此噪声的危害治理倍受社会各界关注。

宋莉指出,噪声广泛存在于各类企业的工作场所,长期置身于高强度噪声环境而防护措施不当,将无疑严重冲击广大从



业人员的身心健康。与江河湖泊的环境治理成果相比,随着现代工业的快速发展,我国职业噪声的卫生治理效果则十分有限。一些企业噪声设备多、噪声强度大、职业暴露人群广,虽然采取了一些防噪、降噪技术和手段,但普及面不全,监管力度不到位,致使部分作业工人仍然长时间暴露在超标噪声环境下劳作,患上不同程度的职业性听力损失甚至噪声聋情况时有发生。

当前以噪声危害为主的工业企业主要包括纺织、印刷、制钉、机械加工、木器制造、型煤加工、面粉厂、轧钢、锻造、采矿、汽车及拖拉机制造、钢丝绳制造等工业企业。宋莉解释说,听力损失程度与音量和暴露时长密切相关,长期处于反复噪声暴露的职业环境,当一般声音的强度超过85-90分贝,即会伤及耳蜗,使听力逐步“滑坡”。依据相关标准,通常每增加3分贝,允许的暴露时间将减少一半。若噪声级达到140分贝时,无论暴露时间多短,均会损坏听力。

哪些疾病是因噪声引起的

黑龙江省第二医院是一家以防治职业

等一系列问题的纷至沓来。

不仅如此,噪声污染既带给作业者听力损失和噪声聋,并且噪声对作业者的情绪有明显的副作用。宋莉介绍,长期在纺织厂、机械厂劳动,或者在建筑工地开铲车、压路机、升降机、大型渣土车的人,或从事开山放炮、定点爆破楼体等专门职业的,其睡眠障碍、躯体不适、抑郁烦躁、紧张疲惫、体重下降等症候群表现的非常明显,显著高于正常群体。有专家系列研究证实,长期噪声接触可对消化系统、免疫系统、内分泌系统、生殖系统、心理健康和工作效率均有全方位的破坏性,不可掉以轻心,习惯成自然。

从临床角度看,噪声所致听觉器官损伤有两种,即暂时性听阈位移和永久性听阈位移。暂时性听阈位移是指劳动者在脱离了噪声环境一段时间后,原有听力可以回升到以往水平,包括听觉适应和听觉疲劳;而在听觉疲劳的基础上,伴随接触噪声的时间继续延长,如果前一次噪声接触尚未改观且未完全恢复,又因工作需要再次置身噪声环境,如此周而复始、反复循环,听觉疲劳将逐渐加重,最后演变为难以挽回的听力损失和噪声性耳聋。

防患未然,注重源头治理

职业性噪声聋是一种完全可以预防的职业病,建立健全及实施防控职业噪声危害的相关技术尤为重要,其中有关噪声职业暴露风险管理措施的内容,如职业暴露评估、工程控制和组织管理、护听器的选择与使用、职业健康监护、危害告知、培训及档案管理等均有助于预测、研判职业病的发生概率,进而为企业噪声管理提供具体可实施的风险预测预警、听力保护计划,以及为行政监管部门实施规范化、标准化管理,提供防治规划和风险决策依据。

目前噪声污染已成为全社会关心、关注的重大公共卫生焦点议题。去年由全国人大常委会审议通过了《中华人民共和国噪声污染防治法》,以法律的形式对噪声污染防治标准和规划、监督管理、各类噪声污染防治、法律责任等各个方面均作出了明确规定,并将于今年6月5日“世界环境日”起施行。宋莉评价认为,这部法规的及时出台,必将为包括职业劳动者在内的全体民众营造出普惠适用、和谐愉悦、安全舒适的工作环境和生存环境。



病为主的综合性医院,每年收治的噪声性耳聋病人占了一定比例。宋莉教授解释,持续性强噪声可致大脑皮层功能紊乱,使抑制和兴奋过程平衡失去调控,形成条件反射异常,诱发头疼、头昏、失眠、多梦、乏力、心悸、记忆力减退等神经衰弱症状;噪声还会让交感神经发生“线路故障”,干扰正常的代谢或微循环,使得心室组织缺氧,血中胆固醇增高,同时因交感神经紧张,改变了正常的心跳和心率节律,最终助推了缺血型病变、传导阻滞、血管痉挛、血压变化



16岁男孩身高1.58米 “社会心理因素”偷走孩子身高

本报讯(记者 刘菊)洋洋(化名)是一个16岁的男孩,但身高只有158厘米,起初家人都觉得孩子是晚长,也没太当回事。近两年来,家人发现孩子一直没长个,这才到市第一医院儿科门诊就诊。

经过检查,儿科门诊主任迟瑛娇确定洋洋基本已经发育成熟,骨骺接近闭合,这也意味着没有任何手段能帮助身高增长了。这个结果让家长陷入了自责和无奈之中。询问病史后,迟瑛娇了解到,洋洋的

父母早年离异,都在外务工,奶奶带着孩子在老家上学。可能是认识不够,奶奶更关注孩子的学习成绩,而忽视了健康状况。父母辛苦工作是为了给孩子创造更好的条件,却把孩子的身高忽略了,最终发现的时候还是错过了长高的末班车。

迟瑛娇介绍,近几年对影响生长发育的几项因素做的科普比较多,家长们非常注意孩子的饮食、运动、睡眠、健康,但是唯独心理因素,常常容易被忽略,尤其是

留守儿童的心理健康更应引起重视。大部分孩子是在学生时代被发现生长缓慢,但是学生时代往往最容易产生心理压力,这部分心理因素便可能会影响孩子的身高,还可能导致孩子体重增加。所以家长们一定要注意,要疏解孩子的压力,给孩子保障良好的心理环境。

迟瑛娇提醒,家长要关注孩子身高问题,发现问题及时就医。饮食方面,应注重均衡营养和充足的蛋白质,每天纯牛奶

250至500毫升,鸡蛋1至2个。不建议过分大补,应吃新鲜水果、蔬菜,常吃瘦肉、鱼肉、牛肉等蛋白质含量丰富的食物;少吃甜食和高能量食品;不吃蜂蜜、洋快餐、油炸食品、色素食品、垃圾食品、反季果蔬。

在做好疫情防控的前提下,家长应让孩子多晒太阳,生成维生素D,促进钙沉积。应每天坚持运动半小时,以有氧运动为主,多做纵向运动(如跳绳、跳高),不建议超量,就寝不宜超过22时30分。