

健康
热线

聋的时间越短 人工耳蜗植入效果越好

什么样的耳聋可以行人工耳蜗手术？人工耳蜗手术风险大吗？8月24日上午，本报健康热线0551-62623752，邀请了安徽省第二人民医院耳鼻咽喉头颈外科主任胡金旺与读者交流。 □夏鹏程 记者 马冰璐 文/图

聋的时间越短效果越好

读者：什么样的耳聋可以行人工耳蜗手术？

胡金旺：重度或极重度感音神经性聋；配戴助听器无效或无明显改善的就可选择人工耳蜗植入；语前聋最佳年龄应为12个月~5岁；语后聋各年龄段均可，当然聋的时间越短效果会越好些。聋儿家长或患者本人对人工耳蜗要有正确认识和适当的期望值。术后要进行康复训练。另外，内耳严重畸形病例，如Michel畸形或耳蜗缺如；听神经缺如；严重的精神疾病；中耳乳突化脓性炎症尚未控制者。全身一般情况差；不能控制的癫痫等这些情况是不能手术的。

对绝大多数病例来说是安全的

读者：人工耳蜗手术风险大吗？

胡金旺：人工耳蜗植入手术与其他耳部手术一样，本身有一定的风险及并发症的发生如：麻醉意外、伤口感染、面瘫、出血、植入体故障等。实际上手术发生并发症的概率是非常低的。人工耳蜗植入要有一套完整的听力康复教育计划，家长也需要财力、精力。人工耳蜗植入对患者也有要求和选择标准，不能认为只要是重度耳聋、戴助听器又无效的患者都能选择人工耳蜗。术前要排除一些不适合手术的疾病，如双侧听神经不完整或缺如、引起听神经阻断的神经损害、智力明显低下、植入的危险率超过收益等情况。目前人们还不能很精确地预测植入人工耳蜗后的效果如何，因为影响人工耳蜗效果的因素很多。需要指出的是随着麻醉技术及耳显微手术技术的进步提高，这项手术对绝大多数病例来说是安全的。



胡金旺 男，主任医师，专业特长：耳显微外科手术、鼻内镜功能性鼻窦手术、喉显微手术等。

植入后效果与多种因素有关

读者：影响人工耳蜗植入后效果的因素有哪些？

胡金旺：与多种因素有关，如发生耳聋时的年龄；手术植入时的年龄；致聋的原因；耳聋时间的长短，耳蜗结构状况，植入前配戴助听器情况，植入前后康复训练，植入手术，术后调试，有无多残疾等。另外，根据个体对获得或恢复听力的渴望程度；期望值；康复训练情况及听觉使用和言语表达的主观能动性越高越好等。

术前影响人工耳蜗植入效果的最常见因素包括听觉经历如现存听力水平，极重度听力损失的时间长短和双侧耳不同的听觉经历，极重度听力损失的发病年龄，接受植入手术的年龄如是否超过75岁，病例认知水平和主动聆听的积极性。术后影响聆听效果的可能因素包括使用植入设备的时间，调机时阈值和舒适值的稳定性，以及病例的生活方式。

养生
生活

随遇而安知足常乐，94岁晚上能睡一整觉

星报讯(记者 祁琳) 今年94岁的沈迅现在住在合肥庐阳区一家养老公寓内，现在生活很规律，很平静，日前，记者见到沈奶奶时，她正在被护工细心照顾着，安静地看着电视。“我很满足啊，很习惯这里的生活，知足常乐能长寿啊。”

沈奶奶是江苏人，年轻时来到合肥定居生活，说起自己的养生之道，沈奶奶说平时爱动，在家忙做家务，闲时爱好打拳、跳舞，原先一直居住在省委党校里，“环境好啊，住了几十年了，周围都是老邻居们。也许就是心情

好，加上平时爱动，身体底子打好了。”

年纪大了，沈奶奶与子女商量好了，决定住进养老公寓内养老，今年6月份，她搬进了这家庐阳区的养老公寓，“周围环境很好，心情自然就舒畅。”沈奶奶说，自己没有多大的需求，也不会去要求些什么，知足常乐，随遇而安。

现在，沈奶奶对自己的睡眠很满意，“晚上9点就要休息啦，一觉睡到天亮，晚上也不会起夜。”也许正是自己规律的生活习惯和良好的心态，沈奶奶身体很好，还能看清很小的字，看看报纸，看看电视以此来排遣时间。

健康
提醒

新手妈妈产后别太“捂”

星报讯(周先荣 季云冈 记者 马冰璐) 家住合肥市龙居山庄小区的吴女士最近喜得贵子，“坐月子”到底该不该“捂”，她很疑惑。对此，合肥市一院产科护士长吴宝玉提醒，新手妈妈产后别太“捂”。

吴宝玉说，新手妈妈衣着应合乎季节变化，不能太“捂”，“产妇出汗特别多，要注意皮肤的清洁、干燥，勤擦身、勤换衣服和被褥。”产妇衣着被褥不要过厚，头部无须遮盖，建议早晚开半窗通风半小时以上。

民间许多关于“坐月子”的陈规陋习会给产

妇身体健康带来不利影响，“比如，不能刷牙、不能洗澡，其实产褥期进餐次数多，而且多是甜食，要注意口腔卫生，产妇应做到早晚刷牙，每次进食后要漱口，注意使用温水和软毛牙刷。”吴宝玉说，此外，也可以洗澡，顺产3~4天后，剖宫产2周后可沐浴，只是应淋浴，勿用盆浴。

产后一周即可洗头，但要及时吹干，“由于产妇体内的雌孕激素骤降，造成产妇洗头时脱发较多，但不必担心，这会随着体内激素水平的调节而改变。”

下周预告

哪些疾病属于小儿神经外科疾病？小儿神经外科疾病有哪些治疗方法？下周五(8月31日)上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，将邀请安徽省儿童医院神经外科主任叶桓与读者交流。

叶桓，主任医师，先后多次到北京儿童医院、首都儿科研究所专业进修，熟悉各类小儿外科疾病，临床经验丰富，具有扎实的小儿外科理论及实践基础，擅长小儿神经外科等疾病的诊断和治疗。

□江薇薇 记者 马冰璐

一周病情

劳逸结合预防静脉曲张

星报讯(苏洁 记者 马冰璐) 最近，前往合肥市一院就诊的下肢静脉曲张患者明显增多。据该院血管外科丁锐主任介绍，下肢静脉曲张是一种常见病，主要表现为下肢，尤其是小腿浅静脉隆起、扩张、蜿蜒迂曲，甚至卷曲成团呈瘤样改变。病程较长者，小腿特别是踝部皮肤常有色素沉着、湿疹、溃疡改变，曲张静脉出血或并发血栓性静脉炎。病人常感到下肢沉重、酸胀、走路易疲劳，部分病人可无明显不适。无症状的可以不作处理，下肢酸胀的可用弹力袜或弹力绷带，严重的病例需要做手术治疗。

专家提醒，下肢静脉曲张患者在日常生活中要注意劳逸结合。特别是经常从事站立或静坐工作的人群，最好能常穿弹力袜套保护。下肢静脉曲张可出现浅静脉炎、溃疡及出血等并发症，患者休息时应将患肢抬高。溃疡和出血应按医嘱积极治疗，不要自己敷药，以免细菌感染。平时注意个人卫生，保持下肢皮肤清洁。溃疡多年不愈的，有必要遵医嘱，积极配合做切片化验。

食药安全在身边

问：吃辣椒可以减肥吗？

答：为什么有人无法吃辣，有人却无辣不欢？吃辣能不能减重？下面告诉关于吃辣的几件事，让你更懂辣。

吃辣不一定能减重。辣椒素虽然会提高代谢率，减少脂肪积累，但这并不意味着吃辣就一定减重，只是在摄入同等热量条件下，吃点辣可以起到促进减肥的作用。想仅仅靠吃辣减肥，或涂抹辣椒膏瘦身都有些不切实际。

吃辣不一定伤胃。动物实验发现，微量的辣椒素会刺激胃部的血管，进而保护胃壁，对胃有好处。但大量吃辣则可能刺激胃肠道。特别是已患有胃溃疡或胃炎的人更应少吃辣，避免刺激。

吃辣不一定对皮肤不好。有些人发现，只要每次吃辣就会长痘痘，但目前其实没有证据显示吃辣会伤皮肤。如果吃麻辣火锅后长痘痘，有可能是因为吃了油炸过的火锅料，或是油脂摄取过多让皮肤变差。

□石跃新 记者 王伟伟

寻医问诊

读者：细菌性肠炎是夏季儿童容易“中招”的一种传染病，该如何防治？

安徽省儿童医院感染科主治医师张蕾：可以使用抗生素，但在用药前要到院做大便常规化验，以便根据生长细菌的种类选用恰当的抗生素；饮食多以清淡食物为主，注意饮食规律；搞好环境卫生，加强厕所及粪便处理，消灭苍蝇孳生地；不要让孩子暴饮暴食，以免胃肠道抵抗力降低。

□王筠 江薇薇 记者 马冰璐