

青岛市卫生健康委员会、青岛早报联合  
巩固国家卫生城市成果,建设幸福宜居美丽青岛

# 警惕工作中被忽视的声音

市中心医院职业病专家为企业员工带来专题讲座

为进一步普及职业健康知识,提升我市企业职工职业健康意识,日前,由青岛市卫生健康委员会和青岛早报联合主办的“健康教育进企业”活动,走进青岛岩本绣品有限公司,开展“职业健康知识进企业”科普宣传活动。

## 开展健康知识宣讲

活动中,青岛市中心医院职业病科副主任孙晓伟为企业员工带来一场“保护听力,远离职业性噪声聋”的专题讲座。紧紧围绕《职业病防治法》、职业病防治知识、用人单位职业病防治工作责任、个人防护用品使用等内容,对企业负责人、管理人员全方位开展了职业健康知识宣传讲解。

孙晓伟介绍,如今职业病逐渐向新型化、多样化转变,但在新诊断的职业病中,噪声聋仍占据较大的比例。“所谓职业性噪声聋,是指劳动者在工作过程中,由于长期接触噪声而发生的一种渐进性的感音性听觉损伤。主要症状是听力下降,也可能会出现语言障碍、沟通困难等问题,多见于船舶业、制造业、纺织、矿山开采、电子行业等。”孙晓伟介绍,我国现有数千万劳动者暴露于噪声作业的环境中,约16%的成年人听力损失是由工作中过度暴露于噪声所引起,为获得性听力损失。职业性噪声聋患者与其接触噪声的时间、工龄,特别是噪声作业的强度有很大关系。

最常见的职业性噪声聋的症状是耳鸣、听力减退,但随着听力损害的加重,也会出现一定的语言障碍。孙晓伟介绍,噪声除了会造成听力损伤外,还会引起头痛、头晕、疲劳、记忆力减退、反应迟钝等,有的还会导致前庭功能障碍,如眩晕、视物摇动、平衡和协调运动障碍等。



健康讲座让企业员工受益匪浅。

## 预防职业性噪声聋

那么,如何预防职业性噪声聋呢?孙晓伟表示,通常来说,小于80分贝的噪声对听力影响较小,超过安全标准(85—90分贝)的噪声可能会造成耳鸣及耳聋。第一要控制噪声源,这是最根本的措施;第二,可以通过隔声、吸声、消声、隔振和减振等手段控制噪声传播,或工作岗位尽量远离噪声源;第三要控制暴露时间,采取轮班作业;第四要加强个体防护,如佩戴耳塞、耳罩等;第五是需要加强职业健康检查,根据检查结果给予相应处理。

孙晓伟特别提醒,工人在作业时要正确、按时佩戴防护用品,如使用耳塞、耳罩、防声棉、头盔等防护用品,在日常生活中尽量不要使用内置式耳机。

## 健康理念深入人心

活动期间,专家就职业病防治工

作发展现状、职业病危害因素的概念、分类和识别、危险化学品、企业工艺流程和主要职业危害等进行了详细地讲解和分析,并结合该企业的生产特点,就职业中毒、职业性噪声聋等职业病防治知识进行了针对性讲解。

“这次讲座让我了解到职业病的相关知识,认识到了健康的重要性。”现场员工表示受益匪浅,学到了健康知识,纠正了不良健康习惯,而且对缓解工作、生活压力、塑造自身健康体质起到了积极有效的引导作用。企业负责人表示,将在今后的工作中合理有效地运用所学知识,合理膳食、适量运动、科学锻炼,提高健康意识,形成重视健康、关爱健康的良好氛围。此次活动,切实提升了用人企业对职业病防治工作的认识,增强了企业职工自我保护意识,为保障劳动者职业健康奠定了良好基础。观海新闻/青岛早报记者 徐小钦 摄影报道

崇尚健康  
远离疾病

# 巨大血管瘤破裂 “拆弹专家”出手

## 特色科室

腹主动脉及髂动脉瘤破裂患者抢救成功率不足10%,是真正的“九死一生”。近日,青岛市市立医院多学科团队联手成功抢救一位85岁高龄巨大髂内动脉瘤破裂患者。

## 老人腹中巨大血管瘤破裂

日前,85岁高龄的吕爷爷在家中突发腹痛晕厥,被紧急送至市立医院急诊科。接诊医生凭借丰富经验,当即考虑主动脉疾病的可能性,马上给患者完善了胸腹主动脉CTA检查。结果让众人精神瞬间紧绷起来:结果显示右侧髂内动脉巨大动脉瘤。急诊科医生立即联系市立医院东院血管外科主任颜京强,颜京强主任查看患者CT影像后,发现患者右侧髂内动脉已经扩大到惊人的10厘米,动脉直径整整扩大了20倍!

通过进一步查体发现患者右下腹压痛,已经出现生命体征不稳定表现,

专家们结合影像考虑右侧髂内动脉瘤破裂。“就如同一颗人体中的定时炸弹,异常凶险。”颜主任表示,人体的动脉呈瘤样扩张后,就像气球一样,发生破裂,就会导致大出血,危及生命。

## 多学科团队联手成功“拆弹”

时间就是生命,颜主任立即联系相关科室开启多学科动脉瘤破裂救治。急诊科开放绿色通道,优先办理住院,快速补液并备血,并做好术前准备;麻醉手术科准备好麻醉前期准备,保障患者顺利手术,必要时给予气管插管;心内科针对患者当时心率减慢至40次/分的情况,如果抗休克治疗不能纠正心率,就应做好准备临时起搏器置入术;DSA手术室内DSA设备、人员就位,做好手术准备;重症医学科准备迎接术后转入……

患者很快到达DSA手术室后,血管外科、麻醉手术科、心内科、DSA手术团队展开紧急救治。麻醉科王杭医生给予患者心电监护、输血补液纠正低血容量、静脉镇静避免患者躁动;心内科马万省医生迅速放置临时起搏器;在DSA

手术室密切配合下,颜京强主任、赵俊成医生给予髂内动脉分支动脉栓塞、髂总动脉置入覆膜支架,成功彻底隔绝破裂出血点。

“这么危重的患者,病情瞬息万变,只要一个环节耽误几分钟,结局可能就不一样!”术后颜京强主任十分感慨。整合手术过程紧张有序,多学科团队配合默契,手术不到一个小时就顺利完成。患者的生命体征也终于稳定了。经过精心的医疗和护理,患者恢复顺利,术后复查髂内动脉瘤隔绝良好,术后5天康复出院。

## 三高老人警惕“血管炸弹”

动脉瘤是指动脉管壁扩张超过正常血管直径的50%,常见于老年男性,多数患者没有症状。动脉瘤不是恶性肿瘤,但往往比恶性肿瘤更可怕,是肚子里的“定时炸弹”。建议60岁以上特别是伴有“三高”的老年人定期进行腹主动脉瘤筛查,如发现腹主动脉瘤、髂动脉瘤等,及时到血管外科就诊,避免动脉瘤持续增大威胁生命安全。

观海新闻/青岛早报记者 杨健 通讯员 徐福强



问医生

热线:82888000

问:风湿病和类风湿两者本质区别是什么?患病原因和天气因素有关吗?

朱维平(青岛海慈医疗集团副总院长、风湿病科学带头人):风湿病和类风湿都是一组以侵犯关节、骨骼、肌肉等多种结缔组织为主的疾病,但是这两种疾病的病因并不是因为天气。风湿性关节炎是由于感染链球菌而引起的关节肿痛,而类风湿关节炎则是免疫系统的异常诱发的。随着气温下降,老年人群的常见病如老寒腿、关节炎、筋骨痛等疾病发病率会上升,不少久坐办公室、伏案工作、吹空调的年轻办公一族也越来越多患上此类疾病,海慈医疗西院区风湿病科采用小针刀等中医疗治疗方法,能够有效缓解风湿性关节炎、颈肩腰腿痛,是临床首选的微创治疗方法之一。

问:入秋后如何保护心血管健康,防范冠心病?

范广慈(海慈医疗集团心脏中心心血管二科二病区副主任、北院区心血管内科)主任:秋季冠心病高发通常与温度、昼夜温差较大、空气干燥等原因有关。肥胖者、吸烟者、三高人群、50岁以上或绝经女性、有家族病史者,这些人群更容易在秋季发生冠心病。可以注意采取以下措施来预防冠心病的发生:控制血压,避免酗酒;避免劳累过度,注意劳逸结合,适度休息;避免暴饮和过饱,尤其是餐后即从事劳动或快步行走更易引发心绞痛;避免情绪激动;严防感冒,感染是诱发心衰的首要原因。建议入秋后大家平时可以多吃新鲜的蔬菜和水果,比如西红柿、猕猴桃等,补充身体所需的营养,同时还可以适当参加有氧运动,如慢跑、游泳等,能够增强自身抵抗力。如果患者病情加重,建议及时就医,必要时需要采取药物进行治疗,以免延误病情。

问:眩晕是哪些原因造成的?

毛丽娜(青岛阜外医院眩晕诊疗中心专家):眩晕是常见的临床症状,但它的诊断涉及多个学科,如耳鼻喉科、神经内科、心内科,甚至与精神科也有关系,近年来患者的重视程度也在提高。青岛阜外医院眩晕诊疗中心于2019年开诊,从临床接诊的情况看,引发眩晕的原因排名第一是耳石症,其次是前庭性偏头痛。耳石症与前庭性偏头痛二者极易混淆,前庭性偏头痛被形象地称为眩晕疾病中的“变色龙”,其表现出的症状很多,有的患者头痛,有的是在眩晕发作时头痛,也可表现为眩晕发作后头痛,有的患者没有头痛症状只是单纯头晕。前庭性偏头痛还会出现听力障碍,有耳鸣、耳闷等内耳症状,与梅尼埃综合征的症状有重叠。医生基于检查和丰富的临床经验,再结合病史及相关辅助检查才能最终给出准确的诊断。

问:中耳炎有哪些症状,如何预防?

高娴(青岛市市立医院东院耳鼻咽喉头颈外科副主任、副主任医师):中耳炎患者应及早到耳鼻喉科进行治疗,切记中耳炎拖不得。早期的中耳炎症状,如轻微的耳痛、耳闷及堵塞感,常被患者忽视而失去了最佳治疗时间。当耳朵出现流水感、耳流脓、听力下降、耳鸣等症状时,如果患者还不能积极就医采取有效的治疗,会造成慢性中耳炎、鼓膜穿孔等病症,甚至可能造成听力的永久损伤以及产生脑膜炎、脑脓肿等恶性并发症。在生活中,建议市民及时预防感冒,以免诱发中耳炎;不要用尖锐的东西挖耳朵,以免碰伤鼓膜;一旦鼓膜穿孔,不要游泳,要避免耳朵进水。

观海新闻/青岛早报记者 杨健